GIẢNG GIẢI

KINH CHUYỂN PHÁP LUÂN

-HT Hộ Tông
-HT Hộ Nhẫn
Cùng các Bậc Trưởng Lão PGNT

Namo Tassa Bhagavato Arahato Sammāsambuddhassa
(Thành kính đảnh lễ Đức Thế Tôn, bậc A-la-hán, đấng Chánh Biến Tri.)

Giảng Giải

Kinh Chuyển Pháp Luân



Thiền Sư Mahāsi Sayādaw

TK Pháp Thông dịch

Namo Tassa,	Thành Kính Đảnh Lễ
Bhagavato,	Đức Thế Tôn,
Arahato,	Bậc A-La-Hán,
Sammāsambuddhassa.	Đấng Chánh Biến Tri.

Đại Kinh Chuyển Pháp Luân
PHẦN I

<u>Lời Tựa</u>

Bắt đầu từ hôm nay chúng tôi sẽ giảng giải bài Pháp Đầu Tiên của Đức Thế Tôn, đó là kinh Dhamma Cakkappavattana, hay Kinh Chuyển Pháp Luân.

Là bài Pháp Đầu Tiên do Đức Thế Tôn thuyết, Kinh Chuyển Pháp Luân được xem là cổ xưa nhất và dễ hiểu nhất trong số những Lời Dạy của Đức Phật. Hiếm người nào, trong số những người tại gia cư sĩ của xứ sở Phật Giáo Myanmar (Miến Điện) này, không từng nghe về bài kinh Chuyển Pháp Luân. Có rất nhiều người còn nhớ nằm lòng bài Kinh này. Hầu như ở khắp mọi nơi, từ thành thị đến thôn quê, người ta lập thành những nhóm Phật tử dưới danh nghĩa "Hội Tụng Đọc Kinh Chuyển Pháp Luân", để chuyên trì tụng và lắng nghe bài Kinh ấy. Nói chung, những người theo Phật Giáo rất xem trọng bài kinh này vì nó là Giáo Pháp Đầu Tiên của Đức Thế Tôn vậy.

Hiện nay có rất nhiều Nissaya hay các hình thức dịch, giảng giải, và giải thích khác nhau về Kinh Điển Pāḷi ở Miến Điện. Nhưng chắc chắn là không có bất kỳ tác phẩm nào chỉ rõ những phương pháp thực hành cụ thể từ Kinh Điển và làm thế nào để những người hành thiền nhiệt tâm và chân thành

mong muốn chứng đắc Đạo Quả có thể ứng dụng được những phương pháp ấy.

Kinh này đã được chúng tôi giảng giải chi tiết trong nhiều dịp, nhấn mạnh đến sự áp dụng thực tiễn của nó vào thiền học. Chúng tôi đã chính thức khai mạc Trung Tâm Thiền Yangon này bằng một bài thuyết trình về Kinh Chuyển Pháp Luân và cũng ở nơi đây chúng tôi đã thuyết giảng bài Kinh này nhiều lần. Ở các nơi khác cũng vậy, bất cứ khi nào có một Trung Tâm Thiền mới mở, chúng tôi luôn luôn dùng bài kinh này như một bài giảng khai mạc.

Kinh Điển của Đạo Phật có ba phần chính gọi là Tam Tạng hay Ti Piṭaka trong Pāḷi: 1. Tạng Kinh *(Sutta Piṭaka)*; 2. Tạng Luật *(Vinaya Piṭaka)*; (3) Tạng Diệu Pháp *(Abhidhamma Piṭaka)*. Kinh Chuyển Pháp Luân được gồm trong Tạng Kinh mà Tạng này lại được tạo thành từ năm Nikāya (thường dịch là 'Bộ'), đó là, Trường Bộ *(Dīgha Nikāya)*, Trung Bộ *(Majjhima Nikāya)*, Tương Ưng Bộ *(Saṃyutta Nikāya)*; Tăng Chi Bộ *(Aṅguttara Nikāya)* và Tiểu Bộ *(Khuddaka Nikāya)*.

Tương Ưng Bộ được chia làm năm phẩm *(vagga)*: (a) *Sagāthāvagga (Phẩm Có Kệ)* (b) *Nidānavagga (Phẩm Nhân Duyên)* (c) *Khandhavagga (Phẩm Uẩn)* (d) *Salāyatanavagga (Phẩm Sáu Xứ)* (e) *Mahāvagga (Đại Phẩm)*. *Mahāvagga (Đại Phẩm)* lại được chia thành mười hai tiểu phẩm như *Maggasaṃyutta (Tương Ưng Đạo)*, *Bojjhaṅgasaṃyutta (Tương Ưng Giác Chi)*, *Satipaṭṭhānasaṃyutta (Tương Ưng Niệm Xứ)* v.v…, tương ưng cuối cùng trong đó là Tương Ưng Sự Thật *(Saccāsaṃyutta)*.

Kinh Chuyển Pháp Luân xuất hiện như bài pháp đầu tiên trong phẩm thứ hai của tiểu phẩm Tương Ưng Sự Thật và nó đã được trùng tuyên chính xác như vậy trong nghi thức của Đại Hội (Kết Tập Kinh Điển) Lần Thứ Sáu. Trong lần biên tập Tam Tạng của Đại Hội Kết Tập Lần Thứ Sáu này, nó đã được ghi chép trên các trang 388-371 trong quyển ba của Tương Ưng Bộ *(Saṃyutta Piṭaka).* Trong đó phần giới thiệu bài Kinh: *"Evaṃ me suttaṃ, ekaṃ samayaṃ...*Như vầy tôi nghe: một thời…" do ngài Ānandā xướng lên khi được Tôn-giả Ca-Diếp *(Mahākassapa)* vấn tại Đại Hội Kết Tập tổ chức chỉ hơn ba tháng sau sự diệt độ của Đức Thế Tôn.

Tôn-giả Ca-diếp đã hỏi Tôn-giả Ānandā: "Này Hiền-giả Ānandā, Kinh Chuyển Pháp Luân này được thuyết ở đâu? Do ai thuyết, vì lợi ích của ai và được thuyết như thế nào? Tôn-giả Ānandā trả lời, "Bạch Ngài đại Trưởng-lão Ca-diếp. Tôi được nghe như vầy. Một thời Đức Thế Tôn đang trú tại nơi Vãng Lai của các Bậc Thánh, Vườn Isipatana, (nơi đây chư Phật Độc Giác và chư Phật Chánh Đẳng Giác thường hạ xuống từ trên hư không), Vườn Bảo Tồn Nai (Lộc Giả Uyển), trong thị tứ Benares. Lúc ấy, Đức Thế Tôn gọi nhóm năm vị Tỳ kheo và nói: *"Này các Tỳ kheo, có hai cực đoan mà người đã lìa xa đời sống thế tục, sống đời xuất gia không nên hành theo."*

NGÀY THUYẾT KINH

Phần giới thiệu này thiếu mất ngày thuyết kinh xác định. Trong các bài Kinh khác, ngày (thuyết) chỉ được đề cập đơn giản như "Một Lần Nọ" hay "Một Thời" mà thôi. Một dữ liệu chính xác theo thứ tự thời gian như năm, tháng, và ngày mà mỗi bài Kinh được thuyết chắc chắn sẽ rất hữu ích. Nhưng những chi tiết theo thứ tự thời gian xem ra sẽ là một sự phiền toái cho việc ghi nhớ và tụng đọc Kinh Điển. Vì vậy đặt một ngày chính xác cho mỗi bài Kinh không phải là dễ.

Tuy nhiên, chúng ta vẫn có thể tính toán được ngày thuyết chính xác bài Kinh Chuyển Pháp Luân này bởi vì nó là bài Pháp Đầu Tiên của Đức Thế Tôn và cũng bởi vì việc tham khảo có thể được thực hiện trên những chứng cứ nội tại do các bài Kinh khác và Tạng Luật *(Vinaya Piṭaka)* cung cấp…Đức Phật đạt đến sự giác ngộ tối thượng vào đêm Rằm tháng Tư. Kế tiếp Ngài giảng Kinh Chuyển Pháp Luân này vào chiều tối ngày Rằm tháng Sáu sau đó. Đức Phật nhập Niết-Bàn tính đến nay là 2555 năm. Cộng với 45 năm hoằng pháp trước khi Niết Bàn, tổng cộng sẽ là 2600 năm. Như vậy chính vào Canh Đầu của đêm Rằm tháng Sáu, 2600 năm trước bài Pháp Đầu Tiên này đã được Đức Thế Tôn thuyết (phần này người dịch đã sửa lại theo lịch của VN).

Vườn nai, nơi các con nai được người ta cho một nơi ẩn náu, trước đây chắc hẳn phải là một khu rừng với những

chú nai lang thang đây đó một cách vô hại. Tuy nhiên, hiện nay vùng này đã cạn hết những cây rừng và trở thành một nơi khoáng đãng với những thửa đất canh tác chung quanh nơi cư trú của con người. Thuở xưa, chư Phật Độc Giác trên Núi Gandhamādana thường du hành qua hư không bằng năng lực thần thông và đáp xuống vùng đất biệt lập này. Chư Phật Chánh Đẳng Giác xưa kia cũng vậy, bay đến đây bằng năng lực thần thông và hạ xuống tại địa điểm này để thuyết giảng bài Pháp Đầu Tiên *(Kinh Chuyển Pháp Luân).* Chính vì thế mà nơi đây có tên là nơi ẩn dật hay nơi Lai Vãng của các bậc Thánh *(HT Minh Châu dịch là nơi Chư Tiên Đoạ Xứ).*

Phần giới thiệu của bài kinh còn nói rằng Đức Thế Tôn đã thuyết bài Pháp Đầu Tiên này cho nhóm năm vị Tỳ-kheo khi ngài đang trú tại vườn Bảo Tồn Nai trong thị tứ của Benares. Đó là tất cả những thông tin mà chúng ta có thể có được từ lời giới thiệu được xem là nghèo nàn và không đầy đủ. Phần giới thiệu này tất nhiên cần phải soạn thảo tỉ mỉ hơn nữa, vì thế chúng tôi dự định cung cấp một ít thông tin bằng cách rút tỉa những tài liệu từ một số bài kinh khác.

BA LOẠI GIỚI THIỆU

Sự giới thiệu cho một bài kinh thường được giải thích là vì lợi ích của ai hay vì lợi ích gì Đức Phật dạy bài kinh này. Có ba loại giới thiệu

1. Cách giới thiệu đưa ra câu chuyện bối cảnh ở quá khứ xa xăm. Cách này cung cấp một sự giải thích về đức Bồ Tát, vị Phật tương lai, đã hoàn thành các ba-la-mật đòi hỏi phải có của một vị phát nguyện thành Phật, bắt đầu từ thời điểm được Đức Phật Nhiên Đăng *(Dipaṅkarā)* thọ ký cho đến lúc ngài tái sanh làm thiên tử Setaketu, vua của các vị chư thiên trên cõi trời Đâu-Suất *(Tusitā)* như thế nào. Ở đây chúng ta không cần và cũng không có thời gian để đề cập nhiều về câu chuyên bối cảnh ở quá khứ xa xăm này.
2. Cách giới thiệu đề cập đến câu chuyện bối cảnh ở giai đoạn trung gian. Cách này chủ yếu đề cập đến việc giải thích những gì đã xảy ra từ khi đức Bồ Tát tái sanh trên cung Trời Đâu-Suất đến khi chứng đắc Toàn Giác trên Bồ Đoàn Trí Tuệ. Chúng tôi sẽ chú ý đến cách giới thiệu này ở một mức độ đáng kể nào đó.
3. Cách giới thiệu nói về quá khứ gần nhất, ngay trước khi dạy bài Kinh Chuyển Pháp Luân này. Đây là những gì chúng ta biết được từ lời tuyên bố "Tôi nghe như vầy. Một thời Đức Thế Tôn… " đã dẫn ở trên.

Bây giờ chúng tôi sẽ đề cập đến những tài liệu có liên quan rút ra từ loại giới thiệu thứ hai. Những dữ liệu của

chúng tôi được rút ra từ Kinh Sukhumāla của Ṭika nipāta, Tăng Chi Bộ Kinh; Kinh Thánh Cầu *(Ariyapariyesana Sutta)* và Đại Kinh Saccaka *(Mahāsaccaka Sutta)*, của *Mūlapaṇṇāsa*; Kinh *Bodhirājakumāra* và Kinh *Sangārava* của *Majjhimapaṇṇāsa*; Kinh *Pabbajjā*, Kinh *Padhāna* của *Suttanipāta* và nhiều bài Kinh khác.

ĐỨC BỒ TÁT VÀ NHỮNG LẠC THÚ TRẦN GIAN

Sau khi đức Bồ-tát mạng chung từ Cung Trời Đâu Suất, ngài nhập vào lòng bà Ma-gia *(Mahāmāyā Devī),* Chánh Cung Hoàng Hậu của Vua Tịnh Phạn *(Suddhodana)* xứ Ca-tỳ-la-vệ *(Kapilavatthu).* Bồ-tát sanh hôm thứ Sáu ngày Rằm tháng Tư, trong khu rừng cây Sa-la khả ái gọi là Vườn Lâm-tỳ-ni *(Lumbinī)* và được đặt tên là Sĩ-đạt-đa *(Siddhattha).* Năm mười sáu tuổi, ngài kết hôn với công chúa Da-du-đà-la *(Yasodayā Devī)*, con gái của *Suppabuddha*, Vua xứ *Devadaha*. Sau đó, vây quanh bởi bốn mươi ngàn thị nữ, ngài sống trong sự sa hoa tráng lệ, hưởng thụ những lạc thú của bậc đế vương.

Trong khi đang mê đắm dục lạc giữa những sa hoa và tráng lệ như vậy, thì một ngày kia ngài cùng với đoàn tuỳ tùng có dịp đi ra ngoài hoàng cung đến vườn thượng uyển để dự một bữa yến tiệc và lễ hội. Trên đường đi, cảnh người già yếu, hom hem đã khiến cho tâm ngài chấn động và ngài vội vàng lui gót trở lại hoàng cung. Lần thứ hai, khi ngài có dịp đi ra ngoài, ngài đã thấy một người bệnh và cũng quay trở lại trong tâm trạng hoang mang cực độ. Khi đi dạo lần thứ ba,

ngài thực sự bối rối khi thấy một người chết và cũng vội vàng lui gót. Những hoang mang và bối rối tác động trên Đức Bồ-tát này đã được mô tả trong Kinh Thánh Cầu *(Ariyapariyesana Sutta).*

PHI THÁNH CẦU

Đức Bồ-tát suy xét như vầy: *"Trong khi tự mình bị già lại đi tìm cầu, mong mỏi cái bị già là điều không thích hợp. Và cái gì phải chịu già? vợ và con; đầy tớ nam, đầy tớ nữ; dê và cừu; gà và heo; voi, bò, ngựa đực, ngựa cái; vàng và bạc, tất cả những dục trần và xa hoa, hữu tình và vô tình đều phải chịu già. Trong khi tự mình phải bị già, lại mong mỏi những đối tượng của dục lạc này, để bị bao vây và nhận chìm trong đó thì thật là không thích hợp."*

"Tương tự, thật là một điều không thích hợp, trong khi tự mình phải chịu bệnh và chết, lại đi tìm cầu, mong mỏi những dục trần vốn phải chịu bệnh và chết như vậy. Chạy theo những cái phải chịu già, bệnh và chết (những cái không thích hợp) tạo thành Phi Thánh Cầu (Anariyapariyesana)."

THÁNH CẦU

"Do tự mình phải bị già, bệnh và chết, đi tìm cái không phải bị già, bệnh và chết tạo thành Thánh Cầu (Ariyapariyesana)."

Chính Đức Bồ-tát mới đầu cũng bị kéo vào những Phi Thánh Cầu đã được mô tả trong Kinh như sau:

"Này các Tỳ-kheo, trước khi Ta chưa giác ngộ, khi Ta chỉ là một vị Bồ-tát, tự mình bị sanh Ta tìm cầu cái cũng phải bị sanh; tự mình bị già Ta tìm cầu cái cũng phải bị già."

Đây là một sự lên án hay chỉ trích cuộc sống hưởng dục mà ngài đã sống với Da-du-đà-la giữa cái xã hội phóng đãng của những nàng cung nữ. Rồi, sau khi đã nhận ra sự nguy hại của lối sống ấy, ngài quyết định đi tìm sự An Ổn của Niết-Bàn thoát khỏi sanh, già, bệnh, và chết. Ngài nói, *"Sau khi đã nhận ra sự nguy hại của tự mình bị sanh, già, sự tình này khởi lên nơi ta: thật sẽ là điều thích hợp nếu như Ta đi tìm sự An Ổn tối thượng, vô song của Niết-Bàn, thoát khỏi sanh, và già."*

Như vậy, sự tầm cầu An Ổn của Niết-Bàn, thoát khỏi già và chết đã khởi lên nơi Đức Bồ-tát. Đó là một mục tiêu rất đáng tán dương và chúng ta sẽ xem xét thêm về vấn đề này để thấy rõ tại sao nó lại đáng được tán dương như vậy.

Giả sử có một người đã già yếu, hom hem. Liệu có khôn ngoan cho người ấy để tìm bạn (đời) với một người đàn ông hay đàn bà khác cũng già và yếu giống như người ấy; hay với một người dù chưa già nhưng không bao lâu nữa chắc chắn sẽ già hay không? Không, điều đó hoàn toàn không sáng suốt.

Lại nữa, đối với một người sức khoẻ đang suy yếu và đau khổ, nếu người này kết bạn với một người khác cũng đang ốm yếu và khổ sở vì một căn bệnh đau đớn nào đó thì sẽ là điều hoàn toàn không hợp lý. Cho dù kết bạn với một người mà hiện tại sức khoẻ còn đang tốt, nhưng chẳng bao lâu sẽ bị bệnh, thì đó cũng chẳng phải là thái độ khôn ngoan. Thậm chí có những người đang hy vọng được hưởng một cuộc sống hôn nhân ổn định với nhau. Nhưng bất hạnh thay, một trong hai người trở thành phế nhân nằm liệt giường liệt chiếu, điều này vô tình đã áp đặt trên người kia cái bổn phận nặng nề là phải chăm sóc cho người bạn đời bệnh hoạn. Hy vọng về một cuộc sống hôn nhân hạnh phúc cũng có thể vội qua đi khi người vợ hay chồng tử biệt để lại biết bao sầu khổ và khóc than cho kẻ goá bụa còn lại. Cuối cùng, dù không đối diện với những trường hợp trên, cả hai rồi cũng sẽ phải đương đầu với nỗi khốn khổ của già, bệnh và chết.

Như vậy, theo đuổi những dục lạc phải chịu già, bệnh, và chết là điều vô cùng không khôn ngoan. Sự tìm cầu cao quý nhất là đi tìm những gì không phải bị già, bệnh, và chết. Ở đây, tại Thiền Viện (Mahasī) này, tôi thật sự hài lòng khi thấy rằng quý sư cũng như quý vị cư sĩ, đều tham dự trong sự tìm cầu cao quý nhất, đó là tìm cầu cái không già, không bệnh và không chết.

SỰ TỪ BỎ CỦA ĐỨC BỒ TÁT

Trong lần dạo chơi thứ tư đến vườn thượng uyển, đức Bồ-tát đã gặp một vị tu sĩ. Từ vị tu sĩ này ngài biết rằng ông đã xa lìa cuộc sống trần tục và đang theo đuổi những sự tầm cầu xứng đáng, đức Bồ-tát ngay lúc đó khởi lên ước muốn từ bỏ thế gian, trở thành một vị sa-môn và đi tìm những gì không phải chịu già, bệnh, và chết. Khi đã đạt được những gì mình hoài bảo, ý định của ngài là sẽ truyền trao kiến thức ấy cho thế gian để những người khác cũng sẽ biết cách thoát khỏi cái khổ của bị già, bệnh và chết. Quả thực là một ý nghĩ cao quý, một ý định thánh thiện!

Cũng trong ngày ấy và trong khoảng giờ ấy, Công Chúa Da-du-đà-la đã hạ sanh một hoàng nam. Khi nghe được tin này, Đức Bồ-tát lẩm bẩm than phiền, "Một chướng ngại *(Rāhulā)* đã sanh, một sự ràng buộc đã sanh." Nghe được lời bình phẩm của Đức Bồ-tát, Vua Tịnh Phạn đã khiến cho đặt tên đứa cháu nội mới sanh của mình là Hoàng Tử Rāhulā *(Hoàng Tử Chướng Ngại),* với hy vọng rằng đứa bé thực sự sẽ chứng tỏ là một sự ràng buộc đối với Đức Bồ-tát và trở thành một chướng ngại cho dự định xuất gia của ngài.

Nhưng Đức Bồ-tát đã chán ngán những lạc thú trần gian. Đêm đó ngài thản nhiên, không bị tác động bởi những trò vui do các vũ công trong hoàng cung đem đến và chìm vào một giấc ngủ sớm. Đám nhạc công chán nản cũng buông nhạc cụ xuống và nằm ngủ ngay tại đó. Cảnh tượng những

vũ nữ nằm ngủ nghiêng ngủ ngả mà ngài bắt gặp khi thức giấc lúc nửa đêm đã khiến cho ngài ghê tởm và nó biến cho cung điện nguy nga tráng lệ của ngài nhìn chẳng khác gì một bãi tha ma với đầy những xác chết.

Vì thế vào lúc nửa đêm Đức Bồ-tát đã lìa bỏ Hoàng Cung *(nguyên tác: một cuộc Hồi Hưu Vĩ Đại)*, cỡi trên lưng ngựa Kiền Trắc *(Kandhaka)* cùng với Xa-nặc *(Channa)*, người tuỳ tùng thân tín của ngài. Đến dòng sông A-nô-ma *(Anomā)*, Đức Bồ-tát cắt đứt mái tóc và râu của mình khi đang đứng trên bờ cát. Sau đó ngài vứt bỏ hoàng phục và mặc vào tấm y vàng do Phạm Thiên *Ghatikara* dâng và trở thành một vị sa-môn. Lúc ấy, Đức Bồ-tát chỉ mới hai mươi chín tuổi, độ tuổi thuận lợi nhất cho sự theo đuổi các dục lạc. Việc ngài từ bỏ tất cả với thái độ dửng dưng, không màng đến vẻ phù hoa và tráng lệ của vương quyền và sự chăm sóc, uỷ lạo của Công Chúa Da-du-đà-la cũng như đoàn tuỳ tùng ở một độ tuổi thuận lợi nhất trong khi còn sung mãn với tuổi trẻ như vậy thực sự đã gây ra biết bao kinh hoàng.

TÌM ĐẾN ĐẠO SĨ ĀLĀRA

Lúc đó Đức Bồ-tát vẫn chưa có một sự hiểu biết thực tiễn về đời sống phạm hạnh. Vì thế ngài đã tìm đến vị đạo sĩ nổi tiếng thời bấy giờ, đó là Ālāra, người được xem như không phải phàm nhân. Trong tám tầng thiền hiệp thế, Ālāra đã tự thân tinh thông hết bảy tầng, tức là đến Vô Sở Hữu Xứ

Thiền *(Akincannayatana Jhāna)* và đang truyền dạy kiến thức ấy cho những môn đồ của mình.

Trước khi có sự xuất hiện của Đức Phật, những vị đạo sư thành tựu các thiền chứng như vậy được xem như những vị thiền sư rất đáng tin cậy trong việc đưa ra những hướng dẫn thực tiễn về phương pháp chứng thiền. Ālāra thời ấy nổi tiếng như một vị Phật. Văn học Thượng Toạ Bộ *(Theravāda)* không nói gì về vị này, nhưng trong Lalitavistra[1], một tác phẩm ghi chép tiểu sử Đức Phật của Phật Giáo Bắc Truyền, có ghi lại rằng vị đạo sư này sống ở xứ Vesālī, và rằng ông có ba trăm người đệ tử học pháp với ông.

THỌ TRÌ PHÁP CỦA THÁNH GIẢ ĀLĀRA

Đức Bồ-tát thọ trì những hướng dẫn từ Thánh Giả Ālāra như thế nào đã được mô tả trong Kinh như vầy: Sau khi xuất gia trở thành một sa-môn theo đuổi cái thánh thiện, tìm cầu sự An Ổn tối thượng, vô song của Niết-Bàn, Ta đi đến chỗ Ālāra Kāḷāma và thưa với ông như vầy: *"Hiền giả Kāḷāma, tôi muốn sống đời phạm hạnh dưới pháp và luật của ngài."* Khi ta thưa với ông như vậy Ālāra đã trả lời: *"Hãy đến, này Hiền giả Gotama, và sống trong Giáo Pháp này. Bản chất của pháp (dhamma) này là vậy, chỉ trong một*

---

[1] Lalitavistra hay Lalitavistara (Phổ Diệu Kinh, Thần Thông Du Hý Kinh): Kinh trình bày chi tiết cuộc đời của Đức Phật.

thời gian ngắn, người trí có thể tự mình chứng ngộ và an trú, có đầy đủ những gì Đạo Sư của người ấy đã tự mình chứng ngộ." Sau những lời khích lệ này, Ālāra đã cho đức Bồ-tát những hướng dẫn về pháp.

CAM ĐOAN MỘT LẦN NỮA

Lời tuyên bố của Ālāra khẳng định rằng pháp của ông, nếu thực hành như đã được chỉ dạy, chẳng bao lâu người ta sẽ có thể tự mình chứng ngộ như thầy của mình có vẻ rất đoan chắc và thôi thúc niềm tin. Một giáo pháp thực dụng chỉ đáng tin cậy và có sức thuyết phục khi người ta có thể tự mình chứng ngộ nó trong một thời gian ngắn. Và sự chứng ngộ càng xảy ra sớm, giáo pháp ấy sẽ càng được cổ vũ nhiều hơn. Đức Bồ-tát cảm thấy thoả mãn với những lời của Ālāra và ý nghĩ này khởi lên trong tâm ngài:

"Không phải chỉ bằng lòng tin mà Ālāra loan báo rằng ông đã học được pháp này. Chắc chắn Ālāra đã tự mình chứng ngộ pháp; chắc chắn ông đã biết và hiểu pháp."

Điều đó là sự thực. Ālāra không hề trích dẫn bất kỳ kinh điển nào như căn cứ (cho lời nói của ông). Ông không nói rằng ông đã nghe được điều đó từ người khác. Ông tuyên bố rõ là ông đã tự mình chứng ngộ những gì mà tự thân ông biết. Một vị thiền sư phải dám tuyên bố sự tin chắc của mình một cách can đảm giống như ông vậy. Không tự thân thực hành pháp, không tự thân kinh nghiệm và chứng ngộ pháp

theo cách riêng của mình, mà chỉ học từ những cuốn sách nói về phương pháp hành thiền, rồi tuyên bố là thiền sư, hay thuyết giảng và viết sách về thiền là điều phi lý nhất và không hợp lẽ nhất. Việc làm đó cũng giống như một người thầy thuốc kê đơn thuốc cho bệnh nhân mà chưa hề trắc nghiệm lâm sàng và tự mình thử, và chắc hẳn ông cũng chẳng dám thử trên bản thân mình. Những bài thuyết giáo hay những cuốn sách như vậy chắc chắn không đáng tin cậy và truyền được cảm hứng.

Tuy nhiên Ālāra đã can đảm dạy những gì ông tự mình chứng ngộ. Đức Bồ-tát hoàn toàn bị ấn tượng bởi lời tuyên bố của ông. Và ý nghĩ này khởi lên nơi ngài: *"Không chỉ Ālāra có đức tin, Ta cũng có đức tin; không chỉ Ālāra có tinh tấn, niệm, định và tuệ, Ta cũng có tinh tấn, niêm, định và tuệ."* Rồi ngài nỗ lực để chứng ngộ pháp đó, pháp mà Ālāra tuyên bố đã tự mình biết, và chứng ngộ. Và, trong thời gian không bao lâu ngài đã học được pháp dẫn đến thiền chứng vô sở hữu xứ.

Rồi ngài đi đến chỗ Ālāra ở và hỏi xem vô sở hữu xứ thiền mà ông tuyên bố đã tự mình chứng ngộ và an trú, có giống giai đoạn hiện nay ngài đạt đến hay không. Ālāra trả lời, *"Cho đến mức độ như vậy là pháp này dẫn đến, về pháp ta tuyên bố đã tự mình chứng ngộ và an trú, cũng giống như giai đoạn hiện nay hiền giả Gotama đã đạt đến vậy."* Rồi ông nói lên lời tán dương này: *"Hiền giả Gotama thật là một người vô cùng xuất sắc. Vô sở hữu xứ thiền không phải dễ*

đạt đến. Vậy mà Hiền giả Gotama đã nhanh chóng chứng ngộ nó. Điều đó quả thực là kỳ diệu. Thật là may mắn cho chúng tôi, chúng tôi đã thắp sáng được một đồng phạm hạnh xuất sắc như Tôn giả. Tôi chứng ngộ pháp như thế nào, Hiền giả cũng chứng ngộ pháp như thế ấy. Hiền giả học được pháp ngang mức nào, tôi cũng học được pháp ngang mức ấy như Hiền giả. Hiền giả Gotama đã ngang hàng với tôi về pháp. Ở đây, chúng tôi có một hội chúng lớn. Hãy đến, này Hiền giả, chúng ta sẽ cùng nhau hướng dẫn hội chúng đệ tử này.”

Như vậy Ālāra, người thầy, đã đặt Đức Bồ-tát, là học trò của ông, lên ngang hàng với ông và tôn vinh Đức Bồ-tát bằng cách giao phó cho ngài công việc hướng dẫn một trăm năm mươi người đệ tử, phân nửa số học trò dưới sự dạy dỗ của ông.

Tuy nhiên, Đức Bồ-tát ở lại thiền viện ấy chỉ trong một thời gian ngắn. Trong khi ở lại đó, ý nghĩ này đã đến với ngài. *“Pháp này không dẫn đến sự nhàm chán, ly tham và diệt dục, không đưa đến sự an tịnh cho thắng trí và giác ngộ viên mãn, cũng không đưa đến Niết-Bàn, đoạn tận khổ đau, mà chỉ đưa đến chứng đắc vô sở hữu xứ. Một khi đã sanh lên (cõi vô sở hữu xứ) đó, thọ mạng dài đến sáu mươi ngàn kiếp và sau khi chết ở đó, người ta sẽ tái sanh trong các cõi sống theo nghiệp và trải qua những khổ đau trở lại. Đó không phải là pháp bất tử ta đang mong mỏi.”* Như vậy, do không

quan tâm tới pháp hành chỉ dẫn đến Vô Sở Hữu Xứ Thiền, ngài đã từ bỏ nó và rời khỏi thiền viện của Ālāra.

ĐI ĐẾN THÁNH GIẢ UDAKA

Sau khi rời nơi đó, đức Bồ-tát tự hành một mình trong một thời gian, theo đuổi con đường An Tịnh tối thượng để đạt đến trạng thái Bất Tử của Niết-Bàn. Lúc đó danh tiếng của Udaka Rāmaputta (con trai của Rāma, đệ tử của thánh giả Rāma) thấu đến tai ngài. Đức Bồ-tát liền đi đến chỗ Udaka và xin được sống đời phạm hạnh dưới pháp và luật của thánh giả Rāma. Những kinh nghiệm của ngài dưới sự hướng dẫn của Udaka, Udaka đã giải thích pháp cho ngài như thế nào, đức Bồ-tát đã bị ấn tượng bởi pháp và luật ấy, và ngài đã thực hành cũng như chứng ngộ pháp rồi thuật lại cho Udaka những gì ngài đạt được ra sao, hầu như đã được mô tả giống hệt với phần nói về Ālāra ở trước.

Tuy nhiên chúng ta phải cẩn thận lưu ý rằng Udaka Rāmaputta, như tên của ông ta đã hàm ý, chỉ là con của Rāma hay đệ tử của Rāma mà thôi. Thánh giả Rāma đã hành xong hết tám thiền chứng và đã đạt đến tầng thiền Phi Tưởng Phi Phi Tưởng Xứ cao nhất. Nhưng khi đức Bồ-tát đi đến chỗ Udaka, thánh giả Rāma không còn nữa. Do đó, khi hỏi Udaka về những chứng đắc của Rāma, đức Bồ-tát đã dùng thì quá khứ *"pavedesi"*. "Pháp này sẽ dẫn đến mức nào, và

Rāma tuyên bố ông ***đã*** tự mình chứng nhập được mức nào trong đó?"

Kế tiếp, đoạn kinh mô tả lại việc ý nghĩ này khởi lên nơi đức Bồ-tát: *"Không chỉ Rāma có tín, tấn, niệm, định và tuệ. Ta cũng có tín, tấn, niệm, định, và tuệ."* Và ở đoạn này cũng có phần nói rằng Udaka đã lập ngài như một vị đạo sư. *"Hiền giả biết pháp này, và Rāma cũng đã biết pháp này. Hiền giả như thế nào Rāma là như vậy và Rāma như thế nào Hiền giả là như vậy. Hãy đến, này hiền giả, hãy lãnh đạo hội chúng này và là đạo sư của họ."* Và một lần nữa đoạn kinh lập lại việc đức Bồ-tát thuật lại *"Udaka, đệ tử của Rāma, mặc dù là bạn đồng phạm hạnh của ta, đã lập ta lên làm thầy của vị ấy."*

Những tham chiếu kinh điển này cho thấy rõ rằng đức Bồ-tát đã không gặp thánh giả Rāma, mà chỉ gặp Udaka, đệ tử của Rāma và chính vị này giải thích cho ngài biết pháp mà Rāma đã thực hành. Theo phương pháp Udaka mô ta đức Bồ-tát đã thực hành và chứng nhập được giai đoạn Phi Tưởng Phi Phi Tưởng Xứ. Sau khi đã tự mình học được pháp cũng như tự mình chứng nhập Phi Tưởng Phi Phi Tưởng Xứ thiền giống như Rāma, Udaka đã thỉnh cầu Bồ-tát chấp nhận việc lãnh đạo hội chúng.

Udaka cư ngụ ở đâu và hội chúng của ông bao lớn không thấy nói đến trong văn học Thượng Toạ Bộ. Nhưng Lalitavistra (Phổ Diệu Kinh), sử liệu về Đức Phật, của Phật Giáo Bắc Truyền, nói rằng trung tâm thiền của Udaka nằm trong

vùng Rājagaha và rằng ông có một hội chúng hơn bảy trăm người. Cũng cần lưu ý rằng vào thời điểm gặp đức Bồ-tát, Udaka vẫn chưa đạt đến Phi Tưởng Phi Phi Tưởng Xứ thiền. Ông giải thích cho đức Bồ-tát chỉ những gì Rāma đã thành tựu mà thôi. Vì thế khi đức Bồ-tát tự chứng tỏ là đã được ngang bằng với thầy của ông ta qua sự chứng đắc Phi Tưởng Phi Phi Tưởng Xứ, ông đã dâng hiến quyền lãnh đạo hội chúng cho đức Bồ-tát. Theo phụ chú giải (Tikā), về sau ông đã ra sức nỗ lực hành theo tấm gương của đức Bồ-tát, và cuối cùng đạt đến tầng thiền Phi Tưởng Phi Phi Tưởng Xứ.

Đức Bồ-tát ở lại trung tâm đó, như một người lãnh đạo, chỉ trong một thời gian ngắn. Vì chẳng bao lâu ý nghĩ này khởi lên nơi ngài: *"Pháp này không dẫn đến yểm ly, ly tham, cũng không dẫn đến sự an tịnh cho việc đắc các thắng trí, trí tuệ tối thượng và Niết-bàn mà chỉ đến mức Phi Tưởng Phi Phi Tưởng Xứ. Một khi đã sanh về đó, hưởng thọ mạng dài 84,000 kiếp chỉ để quay lui trở lại kiếp sống của các dục lạc và phải chịu nhiều khổ đau. Đây không phải là pháp bất tử ta đang mong mỏi."* Rồi, do không quan tâm đến pháp ấy, pháp chỉ dẫn đến Phi Tưởng Phi Phi Tưởng Xứ thiền, ngài đã từ bỏ nó và rời khỏi trung tâm thiền của Udaka.

HÀNH KHỔ HẠNH TRONG RỪNG URUVELA

Sau khi rời trung tâm, đức Bồ-tát đi lang thang khắp vùng đất Magada, tìm kiếm đạo An Tịnh vô song, Niết-bàn

Bất Tử cho mình. Trên bước đường lang thang ấy ngài đã đến khu rừng Uruvela (Ưu-lâu-tần-loa) gần ngôi làng Senanigamā rộng lớn. Trong khu rừng này ngài thấy nước trong mát đang chảy thật bình yên trong con sông Nerañjarā. Nhận ra đây là một địa điểm khả ái có cánh rừng rậm thanh bình, một dòng suối chảy trong vắt, với một ngôi làng kế bên thuận tiện cho việc đi khất thực, ý nghĩ này khởi lên nơi ngài: *"Đây thực sự là một nơi thích hợp cho người có ý định tinh tấn (tu tập)"* và ngài đã ở lại trong khu rừng ấy.

Lúc đó đức Bồ-tát vẫn chưa vạch ra được một hệ thống chính xác cho sự nỗ lực chân chánh của mình. Dĩ nhiên, những pháp khổ hạnh đã được biết đến một cách rộng rãi và đang thịnh hành ở khắp xứ Ấn-Độ lúc bấy giờ. Liên quan đến pháp khổ hạnh này ba ảnh dụ đã xuất hiện trong tâm của đức Bồ-tát.

BA ẢNH DỤ

Một khúc cây mới vừa cắt xuống từ một cây sung, còn nhựa sống và ngâm trong nước đem cọ xát với một khúc cây ướt còn nhựa sống tương tự như vậy, hay với một khúc cây tươi nào khác, sẽ không thể tạo ra lửa. Cũng vậy, trong khi vẫn còn bị rối ren với các đối tượng của dục tham như vợ con và gia đình, trong khi vẫn vui thú trong các dục lạc và dục vọng vẫn chưa lắng xuống trong một người, dù người ấy có ra sức phấn đấu nhiều bao nhiêu, người ấy cũng không

thể đạt đến trí tuệ, tuệ giác và sự liễu ngộ vô song. Đây là ảnh dụ thứ nhất xuất hiện trong tâm Đức Bồ-tát.

Cho dù khúc cây sung ấy không bị ngâm trong nước nhưng vẫn còn xanh và còn nhựa sống, mới được cắt xuống từ trên cây thì có đem cọ xát nó cũng sẽ không tạo ra lửa. Cũng vậy, cho dù người ấy đã từ bỏ những đối tượng của dục tham như vợ con và gia đình và những đối tượng này không còn gần gũi người ấy nữa, nhưng nếu người ấy vẫn thích thú trong những ý nghĩ dục lạc và dục vọng vẫn còn khởi lên nơi người ấy, người ấy cũng không thể đắc trí tuệ, tuệ giác hay sự liễu ngộ vô song. Đây là ảnh dụ thứ hai.

Theo Chú Giải thì ảnh dụ này liên quan đến việc thực hành của những đạo sĩ Bà-la-môn (thực hành pháp thể nhập Phạm Thiên). Những đạo sĩ Bà-la-môn ấy sống đời phạm hạnh từ lúc còn trẻ cho đến bốn mươi tuổi thì họ quay trở lại với cuộc sống đôi lứa để bảo tồn sự liên tục của dòng họ. Vì vậy, trong khi họ đang thực hành đời phạm hạnh, họ vẫn sẽ bị ô nhiễm với những ý nghĩ nhục dục.

Ảnh dụ thứ ba liên quan đến khúc cây khô đã hết nhựa và không bị ngâm trong nước. Khúc cây khô này sẽ phát ra lửa khi được cọ xát vào nhau. Tương tự, sau khi đã từ bỏ các đối tượng của dục tham, và tự mình dứt bỏ những ý nghĩ nhục dục và tham ái, người ấy có thể đạt đến trí tuệ, tuệ giác và sự liễu ngộ vô song, cho dù người ấy thực hành khổ hạnh hay phấn đấu một cách không đau đớn, không tự hành xác mình cũng vậy.

KHỔ HẠNH DÙNG TÂM ĐÁNH BẠI TÂM

Trong hai phương pháp mở ra cho ngài theo ảnh dụ thứ ba, đức Bồ-tát suy xét đến con đường khổ hạnh sau: *"Nếu bây giờ ta cắn chặt răng và ép chặt lưỡi lên vòm họng, với tâm của ta, Ta sẽ đè nén, chế ngự và đánh bại tư duy đang khởi lên một cách tự nhiên thì sao."*

Đoạn Kinh Pāḷi trích dẫn ở trên khớp với bài kinh An Trú Tầm *(Vitakka Sandhāna Sutta)*. Nhưng phương pháp dùng tâm đánh bại tâm theo như Kinh An Trú Tầm mô tả là một phương pháp do Đức Phật quy định sau khi đã đạt đến Giác Ngộ. Như vậy, nó liên quan đến sự trục xuất những tư duy tham dục tự sinh khởi bằng cách ghi nhận sự xuất hiện của nó như một sự vận dụng của thiền Minh Sát phù hợp với bài Kinh Niệm Xứ và những kinh tương tự khác. Trong khi phương pháp dùng tâm đánh bại tâm như được mô tả ở đây muốn nói đến những vận dụng thực tiễn mà Đức Bồ-tát đã thực hiện trước khi đạt đến trí (hiểu biết) về Trung Đạo và do đó khác với phương pháp Tứ Niệm Xứ.

Tuy nhiên, sự giải thích của Chú Giải hàm ý lấy tâm thiện đè nén các tâm ác. Nếu sự giải thích này là đúng, phương pháp này hoàn toàn phù hợp với tinh thần Kinh Niệm Xứ và các kinh khác, và lẽ ra đã đưa đến sự Giác Ngộ cho Đức Bồ-tát. Nhưng thực sự, phương pháp này chỉ đưa ngài đến sự đau đớn cùng cực chứ không đưa đến Phật Quả.

Kể cả những pháp hành khổ hạnh khác mà ngài áp dụng sau đó cũng chỉ đưa Đức Bồ-tát vào tà đạo mà thôi.

Pháp khổ hạnh Đức Bồ-tát theo đuổi lúc đó có vẻ hơi giống như pháp diệt tâm mà ngày nay những người theo một trường phái Phật Giáo nọ đang thực hành. Trong chuyến du hoá của chúng tôi đến Nhật Bổn, chúng tôi có đến thăm một ngôi chùa lớn nơi đây một số người đang tham dự những bài tập thiền. Phương pháp thiền của họ bao gồm bài tập diệt tâm khi nó khởi lên. Theo họ, làm cho tâm (hoạt động của tâm) rỗng không như vậy, cuối cùng sẽ đạt đến chỗ gọi là Tánh Không (Vô). Cách tiến hành như sau: Khoảng sáu vị tu sĩ trẻ phái Đại Thừa ngồi kiết già thành hàng. Vị trụ trì đi vòng quanh cốt cho họ thấy cây gậy mà ông sẽ dùng để đánh họ. Sau một lúc ông đi đến và đánh vào lưng mỗi thiền sinh một cú. Người ta giải thích rằng trong khi bị đánh như vậy có thể tâm sẽ hoàn toàn biến mất và đưa đến Tánh Không. Thực là một pháp hành kỳ lạ. Thực tế, đây là sự huỷ diệt tư duy bằng cách dùng tâm đánh bại tâm mà chúng ta có thể đoán chừng là giống như kỹ thuật Đức Bồ-tát đã dùng để đánh bại tư duy với tâm bằng cách cắn chặt răng vậy. Nỗ lực này đã làm cho ngài rất đau đớn và toát mồ hôi nách nhưng cũng không đạt đến giác ngộ lúc đó.

AN TRÚ THIỀN CHẾ NGỰ HƠI THỞ

Rồi ý nghĩ này khởi lên nơi Đức Bồ-tát: "Nếu như ta kiểm soát hơi thở và tập trung trên thiền (jhāna) nín thở thì sao." Với ý nghĩ đó ngài chế ngự những hơi thở vô và hơi thở ra của miệng và mũi. Với sự ngưng thở ngang qua miệng và mũi, có một tiếng gầm lớn trong tai ngài do hơi gió tống ra giống như cặp ống bễ của lò rèn tạo ra những tiếng ầm ầm (khi quay) vậy. Dù thân thể đau đớn cực độ, nhưng Đức Bồ-tát vẫn không nao núng. Ngài không chỉ nín chặt những hơi thở vô-ra của miệng và mũi, mà cả của tai nữa. Kết quả là, những luồng gió mãnh liệt lùa lên đỉnh đầu, khiến cho ngài đau đớn như thể bị một người lực sĩ bửa vào đầu với một cái vồ, hay như bị một người lực lưỡng lấy đai da cứng quấn quanh đầu rồi xiết chặt. Những cơn gió dữ dội đẩy quanh bụng khiến cho ngài đau đớn giống như đang bị lạng cắt bởi lưỡi dao bén của người đồ tể. Và một sự thiêu đốt dữ dội trong bụng ngài như thể bị nướng trên một hố than cháy đỏ. Thân thể Đức Bồ-tát đã bị sự đau đớn đánh bại, đổ ập xuống và nằm im bất động trong tình trạng kiệt lực. Khi các vị chư thiên nhìn thấy ngài nằm sóng soài trên đất, họ nói với nhau rằng: *"Sa-môn Cồ-đàm đã chết."* Các vị chư thiên khác thì nói: *"Sa-môn Cồ-đàm chẳng phải chết cũng chẳng phải đang chết. Vị ấy chỉ nằm im, trú trong Thánh quả A-la-hán."* Bất chấp mọi nỗ lực đầy đau đớn ấy, đức Bồ-tát vẫn không đạt đến giác ngộ.

KHỔ HẠNH NHỊN ĂN

Thế rồi ý nghĩ này khởi lên nơi ngài: *"Nếu như ta cố gắng hơn nữa, nếu như ta hoàn toàn nhịn ăn thì sao."* Biết được ý nghĩ này của đức Bồ-tát, các vị chư thiên nói, *"Tôn-giả Gotama, xin chớ có hoàn toàn nhịn ăn; nếu như ngài nhịn ăn chúng tôi sẽ truyền dưỡng chất của chư thiên qua những lỗ chân lông trên da ngài. Ngài sẽ sống nhờ vào dưỡng chất ấy."* Lúc đó ý nghĩ này đến với đức Bồ-tát: *"Nếu như ta tuyên bố hoàn toàn nhịn ăn, và những vị chư thiên này sẽ duy trì sự sống cho ta bằng cách ấy, thời đó sẽ là một sự dối trá cho ta."* Vì thế đức Bồ-tát từ chối không chấp thuận để các vị chư thiên truyền dưỡng chất chư thiên cho ngài.

Sau đó, ngài quyết định giảm ăn ngày một ít lại, cho tới mức chỉ còn một vốc tay súp đậu. Sống với khoảng năm hay sáu muỗng súp đậu mỗi ngày như vậy, cơ thể ngài đi đến tình trạng gầy mòn, hốc hác cực độ. Chân tay khô héo, chỉ còn lại da bọc xương. Xương sống lộ ra những chỗ u, phồng gồ ghề. Xương xẩu trên người ngài nhô hẳn ra ngoài, tạo thành một cái vẻ xấu xí, khủng khiếp như trong những bức tranh vẽ đức Bồ-tát thực hành khổ hạnh vậy. Ánh mắt, tụt sâu trong hốc mắt, tựa hồ như ánh nước phản chiếu trong một giếng nước sâu. Da đầu nhăn lại như trái bầu xanh khô héo trong ánh nắng mặt trời. Ngài hốc hác đến độ nếu muốn

sờ vào da bụng, ngài lại đụng cột sống; nếu ngài sờ cột sống, ngài lại chạm da bụng. Khi ngài cố gắng đi đại tiện, hay tiểu tiện, sự cố sức khiến cho ngài đau đớn đến độ phải té úp mặt xuống đất, do sự ăn uống quá ít này mà sức khoẻ của ngài suy sụp.

Nhìn thấy thân hình gầy mòn, hốc hác cực độ này của đức Bồ-tát, có người nói, *"Sa-môn Cồ-đàm là một người da đen."* Số khác thì nói, *"Sa-môn Cồ-đàm có màu da nâu."* Số khác nữa lại nói, *"Sa-môn Cồ-đàm có màu xanh nâu của cá đuối."* Phần lớn màu da vàng trong sáng của ngài đã bị hư hoại do ăn quá ít.

MA-VƯƠNG THUYẾT PHỤC

Trong khi Đức Bồ-tát đang nỗ lực phấn đấu và thực hành khổ hạnh để tự thắng mình thì Ma-Vương (Māra) đi đến và bằng những lời lẽ đầy thương cảm lọc lừa đã thuyết phục Đức Bồ-tát: *"Này Hiền giả Cồ-đàm, ngài đã trở nên còm cõi và mang lấy một bộ dạng xấu xí lắm rồi đấy. Ngài nay đang đứng trước thần chết. Cơ hội sống của ngài chỉ còn lại có một phần ngàn. Ôi, này Hiền giả Cồ-đàm! Hãy cố gắng giữ lấy sự sống. Sống vẫn tốt hơn là chết. Nếu ngài còn sống, ngài có thể làm được những việc thiện và tạo được phước báu."*

Những phước báu mà Ma Vương đề cập ở đây không liên hệ gì đến những phước báu tích tạo do bố thí, trì giới, và

thực hành đưa đến giải thoát; cũng chẳng phải là những phước báu xuất phát từ việc tu tập Minh Sát và chứng đắc đạo quả. Ma Vương chỉ biết những phước báu có được do sống đời phạm hạnh tránh hành dâm và thờ lửa mà thôi. Thời đó, những pháp hành này được người ta tin là đưa đến một đời sống cao quý, thịnh vượng trong những kiếp tương lai. Nhưng Đức Bồ-tát không còn ham thích những hạnh phúc của sự hiện hữu nữa và ngài đã trả lời Ma Vương như sau: *"Này Ma Vương, một mảy may phước báu mà ngươi nói ta cũng không cần đâu. Ngươi hãy đi đi và nói về phước với những ai đang cần nó."*

Liên quan đến lời nói này của Đức Bồ-tát, một sự hiểu lầm đã nảy sanh, cho rằng ngài không cần bất kỳ phước báu nào. Theo cách hiểu đó thì *"đối với người đang tầm cầu sự giải thoát khỏi vòng luân hồi giống như Đức Bồ-tát thì phước bỏ, không tìm cầu cũng không tạo tác."* Có lần một người thiện nam nọ đã đến gặp tôi và muốn được sáng tỏ về điểm này. Tôi đã giải thích cho anh ta biết rằng khi Ma Vương nói về phước, ông không nghĩ trong tâm phước báu tích tạo từ những hành động bố thí, trì giới, phát triển tuệ giác qua việc hành thiền hay chứng Đạo. Hay nói đúng hơn ông không biết về chúng. Đức Bồ Tát lúc đó cũng không có sự hiểu biết chính xác về những phúc hành này; ngài chỉ nghĩ rằng thực hành những pháp khổ hạnh sẽ làm cho người ta trở thành con người cao quý. Vì thế khi Đức Bồ-tát nói với Ma Vương, *"Ta không cần phước báu,"* ngài không hàm

ý những hành động phước dẫn đến Niết-Bàn mà chỉ muốn nói đến những việc làm được người thời đó tin rằng sẽ bảo đảm một kiếp sống an vui. Chú giải cũng ủng hộ quan điểm này của chúng tôi. Chú giải tuyên bố, khi nói *"Ta không cần phước"* đức Bồ-tát chỉ hàm ý phước mà Ma Vương đang nói về, đó là, những phúc hành tạo ra tái sanh trong tương lai. Như vậy có thể kết luận rằng không có vấn đề gì phát sanh đối với quan niệm bỏ làm phước sẽ đưa đến Niết-bàn.

Vào thời đó đức Bồ-tát vẫn thực hành dưới ảo tưởng cho rằng khổ hạnh là phương tiện để đạt đến giác ngộ. Ngài nghĩ như vầy: *"Gió này còn thổi cạn được nước sông. Thế thì tại sao khi ta phấn đấu một cách tích cực nó lại chẳng làm khô cạn máu ta được chứ? Khi máu khô cạn, mật và đàm sẽ khô cạn. Khi máu thịt mòn đi, tâm ta sẽ trở nên trong sáng, lúc đó niệm, định và tuệ sẽ được thiết lập một cách vững chắc hơn."*

Ma Vương cũng có ấn tượng sai lầm như thế, ông nghĩ rằng nhịn ăn sẽ đưa đến giác ngộ và giải thoát. Chính sự lo lắng này đã thúc đẩy ông dỗ ngọt đức Bồ-tát tránh đi theo con đường tuyệt thực này. Và cũng với quan niệm sai lầm ấy, nhóm năm vị đạo sĩ *(nhóm Kiều-trần-như)* đã hầu hạ ngài, chăm sóc những nhu cầu cần yếu của ngài, hy vọng rằng pháp hành nhịn ăn này sẽ đưa đến sự chứng đắc Phật Quả và lúc đó họ sẽ là những người đầu tiên được tiếp nhận giáo lý giải thoát của ngài. Bởi thế, rõ ràng rằng pháp hành

khổ hạnh lúc đó được mọi người tin là con đường chân chính đưa đến Giác Ngộ.

SUY LUẬN ĐÚNG

Sau khi sống đời khổ hạnh nghiêm khắc trong sáu năm không có được một kết quả lợi ích nào, đức Bồ-tát bắt đầu suy luận như sau: "Dù các sa-môn hay bà-la-môn trong tương lai sẽ cảm thọ những cảm giác đau đớn, đau nhói, đau buốt do hành khổ hạnh như thế nào, thì nó cũng chỉ có thể ngang mức đau khổ này của ta mà thôi, không hơn được; Dù các sa-môn hay bà-la-môn trong hiện tại cảm thọ những cảm giác đau đớn, đau nhói, đau buốt do hành khổ hạnh như thế nào, thì nó cũng chỉ có thể ngang mức đau khổ này của ta mà thôi, không hơn được. Nhưng do khổ hạnh kiệt lực này Ta đã không đạt đến một thành tựu nào xuất sắc hơn người bình thường; Ta đã không đắc được tri kiến thù thắng nào có thể bứng gốc các phiền não. Ngoài con đường khổ hạnh này liệu có con đường nào khác đưa đến giác ngộ không?

Rồi đức Bồ-tát nhớ lại thời còn bé, khi ngài ngồi một mình dưới bóng mát của cây mận (rose-apple), nhập vào giai đoạn sơ thiền, lúc ấy phụ vương ngài, đức Vua Tịnh Phạn đang bận tham dự nghi lễ hạ điền ở kế bên. Ngài tự hỏi liệu pháp sơ thiền này sẽ là con đường đúng đắn đưa đến Chân Lý được chăng!

NHẬP SƠ THIỀN KHI CÒN LÀ MỘT ẤU NHI

Đức Bồ-tát sanh vào ngày rằm tháng Tư (Kason). Có vẻ như rằng lễ hạ điền được tổ chức vào một thời điểm nào đó trong tháng Năm hay tháng Sáu (Nayon hay Wāso), tức một hay hai tháng sau ngày Đức Bồ-tát đản sanh. Ấu nhi Bồ-tát được đặt trên một chiếc giường bọc vải lộng lẫy, dưới bóng mát của cây mận. Một hàng rào được hình thành bằng cách giăng những bức màn quanh chỗ tạm dưỡng, với những người hầu luôn kính cẩn canh giữ hoàng nhi. Vì nghi lễ hạ điền được tiến hành trong khung cảnh rực rỡ, huy hoàng khác thường, với sự tham dự của đức vua trong các lễ hội, nên những người hầu bị cuốn hút vào cảnh lộng lẫy của những hoạt động đang diễn ra trong cánh đồng kế bên. Nghĩ rằng hoàng nhi đã ngủ, họ để ngài nằm an toàn trong hàng rào màn che trướng rũ ấy và lén ra đi thưởng thức lễ hội. Ấu nhi Bồ-tát, nhìn quanh không thấy bóng dáng ai, lăn người dậy và ngồi yên trong tư thế kiết già. Nhờ sự thực hành đã thành thói quen qua nhiều kiếp quá khứ, ngay lập tức ngài bắt đầu quán hơi thở vô-ra. Chẳng bao lâu ngài an trú trong sơ thiền biểu thị bằng năm đặc tính, đó là, tầm, tứ, hỷ, lạc và định.

Mải mê trong các lễ hội, những người hầu cứ lần lữa quay trở về. Khi họ quay về thì hầu hết những bóng cây đã di chuyển cùng với thời gian. Tuy nhiên, bóng cây mận dưới đó ấu nhi Bồ-tát được để nằm vẫn giữ nguyên vị trí không thay đổi. Và họ nhìn thấy ấu nhi Bồ-tát đang ngồi yên bất động

trên giường. Vua Tịnh Phạn, khi nghe trình báo, vô cùng kinh ngạc trước cảnh tượng bóng cây không xê dịch và tư thế ngồi yên của đứa trẻ, đã cúi rạp người đảnh lễ con mình trong nỗi lòng kính sợ vô biên.

Đức Bồ-tát nhớ lại kinh nghiệm nhập thiền hơi thở mà ngài có được lúc còn thơ ấu này và nghĩ, *"Liệu đó có phải là con đường đi đến Chân Lý không?"* Lần theo ký ức ấy, ngài nhận ra rằng hành thiền hơi thở quả thực là con đường đúng đắn đưa đến Giác Ngộ.

Những kinh nghiệm thiền này khả lạc đến nỗi đức Bồ-tát tự nghĩ: *"E rằng Ta có (đang cố gắng đi tìm) lạc của thiền chăng?"* Rồi ngài nghĩ: *"Không, Ta không sợ (là mình đang cố gắng cho) những kinh nghiệm khả lạc ấy."*

ĂN UỐNG TRỞ LẠI

Lúc đó ý nghĩ này khởi lên nơi ngài: *"Không thể đắc thiền với một thân hình quá kiệt quệ như vầy. Nếu như ta ăn uống lại những vật thực cứng như trước đây thì sao. Khi thân được nuôi dưỡng và tăng cường sức mạnh như vậy, Ta sẽ có thể thực hành để đắc thiền."* Nhìn thấy ngài ăn uống trở lại, nhóm năm vị Tỳ-kheo *(nhóm Kiều Trần Như)* hiểu lầm hành động của ngài. Trước đây họ là những nhà chiêm tinh và cố vấn của triều đình, khi đức Bồ-tát đản sanh, họ là những người tiên đoán rằng ngài sẽ trở thành một bậc Chánh Đẳng Giác, một vị Phật *(Buddha)*.

Triều đình lúc đó có tám nhà chiêm tinh. Khi được yêu cầu tiên đoán tương lai cho thái tử, ba người trong họ đã đưa lên hai ngón tay, tuyên bố nước đôi rằng thái tử lớn lên sẽ là một vị Chuyển Luân Vương hoặc là một vị Phật. Năm vị còn lại chỉ dơ một ngón, cho rằng thái tử chắc chắn sẽ trở thành một vị Phật.

Theo Chú Giải Mūlapaṇṇāsa (Quyển 2. Tr. 92), năm nhà tiên tri này trước khi vui thú trong đời sống gia chủ, đã rời bỏ thế gian và đi vào rừng để sống đời phạm hạnh. Nhưng Chú Giải *Buddhavamsa* và một số kinh khác thì nói rằng bảy nhà chiêm tinh đều dơ lên hai ngón tay, đưa ra lời giải thích nước đôi trong khi vị Bà-la-môn trẻ nhất, người sau này trở thành Tôn-giả Kiều-trần-như *(Koṇḍañña)*, chỉ dơ một ngón và tiên đoán chắc chắn rằng thái tử là một vị Phật tương lai.

Vị Bà-la-môn trẻ này cùng với con trai của bốn vị Bà-la-môn khác đã từ bỏ thế gian (xuất gia) và họp lại với nhau tạo thành "Nhóm Năm Đạo Sĩ", chờ đợi cuộc Đại Xuất Gia của đức Bồ-tát. Sau này khi hay tin Đức Bồ Tát đang thực hành khổ hạnh trong Rừng Uruvela, họ đã đi đến đó và trở thành những thị giả của ngài với hy vọng *"khi ngài thành tựu Tri Kiến Thù Thắng, ngài sẽ chia xẻ nó với chúng ta, chúng ta sẽ là những người đầu tiên được nghe giáo pháp của ngài".*

Khi năm vị Tỳ kheo này thấy Đức Bồ Tát ăn uống bình thường trở lại, họ hiểu lầm hành động của ngài và trở

nên thất vọng. Họ nghĩ: *"Khi sống bằng một vốc tay súp đậu còn không đạt đến thượng trí, y có thể hy vọng đắc thượng trí thế nào được do ăn uống bình thường trở lại như vậy chứ?"* Họ lầm tưởng rằng ngài đã từ bỏ sự phấn đấu và quay trở lại với lối sống xa hoa để hưởng sự giàu sang và vinh quang cá nhân. Vì thế họ chán ghét và rời bỏ ngài để đi đến vườn bảo hộ nai ở Benares.

GIÁC NGỘ

Sự ra đi của năm vị Tỳ kheo đã cho Đức Bồ Tát cơ hội để phấn đấu cho sự giải thoát tối hậu trong sự cô độc hoàn toàn. *Mūlapaṇṇāsa* (Quyển 2 trang 192) đưa ra một sự mô tả chi tiết việc Đức Bồ Tát đã hành một mình không có ai bên cạnh, suốt nửa tháng, trên bồ đoàn Trí Tuệ (dưới cội Bồ-Đề), và cuối cùng đắc Toàn Giác, sự Giác Ngộ của một vị Phật như thế nào.

Đức Bồ Tát xuất gia năm hai mươi chín tuổi và trải qua sáu năm thực hành khổ hạnh. Giờ đây, ở tuổi ba mươi lăm, vẫn còn trẻ và khoẻ mạnh, nhờ mười lăm ngày thọ dụng những bữa ăn đều đặn, thân thể ngài đã đầy đặn như trước với ba mươi hai Đại Nhân tướng. Sau khi đã lấy lại sức khoẻ và nghị lực nhờ sự dinh dưỡng bình thường, Đức Bồ Tát hành thiền niệm hơi thở và an trú trong lạc của sơ thiền, được biểu thị bằng tầm, tứ, hỷ, lạc và định. Ở tầng thiền thứ

ba, ngài hưởng thụ hỷ, lạc, và định và ở tầng thiền thứ tư , chỉ còn xả và niệm rõ ràng (nhất tâm).

Sáng sớm ngày trăng tròn (rằm) tháng Tư, ngài ngồi dưới cội Cây Bồ-Đề, gần ngôi làng *Senanigāma* chờ đến giờ đi khất thực. Vào lúc đó, nàng Sujātā, con gái của một phú hộ trong ngôi làng ấy, đang sửa soạn cho buổi lễ cúng dường đến vị thọ thần của cây Bồ-Đề. Nàng sai người nữ tỳ đi đến đó trước để dọn dẹp gọn ghẽ khu vực dưới tàn bóng cây thiêng ấy. Khi thấy Đức Bồ Tát ngồi dưới cội cây, người nữ tỳ nghĩ vị chư thiên đã hiện hình ra để thọ nhận lễ cúng dường của họ. Cô vô cùng phấn khích chạy về báo cho nữ chủ của mình biết. Sujātā vội bỏ cơm sữa mà nàng đã nấu từ sáng sớm vào một bình bát bằng vàng trị giá một trăm ngàn đồng tiền vàng. Nàng đậy cái bát ấy bằng một cái bát bằng vàng khác. Rồi nàng mang hai cái bát ấy đến gốc cây nơi Đức Bồ Tát vẫn còn đang ngồi ở đó và đặt vào tay ngài rồi nói, *"Cầu mong những ước nguyện của ngài được thành tựu giống như ước nguyện của con"*. Nói xong cô ra về.

Sujātā khi còn thiếu nữ đã phát nguyện tại cây Bồ-Đề ấy; *"Nếu con lấy được một người chồng cùng địa vị, cùng giai cấp với con và nếu đứa con đầu lòng của con là trai, con sẽ cúng dường đến ngài"*. Lời cầu nguyện của cô đã được thành tựu và lễ cúng dường cơm sữa ngày hôm ấy được làm với ý định tạ ơn vị thọ thần đã đáp ứng lời cầu nguyện của cô. Tuy nhiên, sau này khi cô biết rằng Đức Bồ Tát đã đạt đến Giác Ngộ sau khi thọ dụng món cơm sữa mà cô dâng

cúng, cô vô cùng hoan hỷ với ý nghĩ rằng cô đã làm được một việc làm cao quý và có phước báu lớn nhất.

Đức Bồ Tát xuống sông Ni-liên-thiền (*Nerañjarā)* tắm rửa. Sau khi tắm xong ngài lấy món cơm sữa mà nàng Sujātā dâng vê thành bốn mươi chín viên và ăn nó. Ăn xong, ngài ném bát vàng xuống sông và phát nguyện, *"Nếu ngày hôm nay tôi thành Phật, hãy cho chiếc bát này trôi ngược dòng"*. Chiếc bát trôi ngược dòng nước đang chảy xiết một đoạn khá xa, và khi đến chỗ cư trú của long vương *Kāla,* nó chìm xuống đáy sông nơi những chiếc bát của ba vị Phật trước còn nằm đó.

Trọn ngày hôm ấy Đức Bồ Tát đã nghỉ ngơi ở trảng rừng gần bờ sông. Khi chiều xuống, ngài đi về hướng cây Bồ-Đề, trên đường đi ngài gặp người cắt cỏ tên *Soṭṭhiya,* và người này đã dâng cho ngài tám nắm cỏ. Ở Ấn-Độ những bậc hiền sĩ thường sửa soạn chỗ ngồi hoặc chỗ ngủ cho mình bằng cách trải những bó cỏ như thế. Đức Bồ Tát đã trải những nắm cỏ ấy dưới cây Bồ Đề ở mạn phía đông. Rồi, với quyết định long trọng *"Nếu chưa đạt được thượng trí tuyệt đối, Ta sẽ không rời khỏi chỗ ngồi này",* ngài ngồi xuống kiết già trên thảm cỏ xoay mặt về hướng đông.

Ngay lúc ấy Ma-Vương *(Māra)* xuất hiện và tranh chỗ ngồi dưới gốc cây Bồ-Đề với ý định chống lại quyết tâm của Đức Bồ Tát và ngăn không cho ngài đạt đến Phật Quả. Bằng cách viện dẫn những ân đức đã tích luỹ qua vô lượng kiếp, hoàn thành Mười Pháp Ba-la-mật như bố thí, trì giới…ngài

đã vượt qua những quấy nhiễu do Ma-Vương thiết đặt trước lúc hoàng hôn. Sau khi đánh bại Ma-Vương *(Māra)*, Đức Bồ Tát tiếp tục hành thiền, và trong canh đầu ngài đắc túc mệnh minh (trí nhớ các tiền kiếp); canh giữa, thiên nhãn minh; và vào canh chót ngài quán pháp Duyên Sanh cùng với sự phát triển Minh Sát vào tính chất sanh và diệt của năm thủ uẩn. Thiền Minh Sát này đã lần lượt cho ngài trí dự phần vào tứ Thánh Đạo, cuối cùng đưa đến sự Giác Ngộ viên mãn hay Toàn Giác Trí.

Sau khi đã trở thành một Bậc Toàn Giác, ngài dùng bảy ngày trên Bồ Đoàn Trí Tuệ dưới cội Bồ Đề và ở sáu nơi khác mỗi nơi cũng bảy ngày như vậy, tổng cộng là bốn mươi chín ngày, thọ hưởng lạc của Thánh Quả A-la-hán và suy tư rất lâu về hệ thống Giáo Pháp *(Dhamma)* sâu xa vừa mới chứng ngộ của ngài.

KHỔ HẠNH LÀ MỘT HÌNH THỨC TỰ HÀNH XÁC

Tuần lễ thứ năm ngài ngồi dưới bóng cây đa *(Ajjapāla)* của người chăn dê, trong khi ở đó ngài suy xét đến sự từ bỏ những pháp hành khổ hạnh của ngài: *"Ta đã thoát khỏi những pháp hành khổ hạnh làm đau đớn thân xác và lao khổ tâm trí. Thoát được cái pháp hành khổ hạnh không lợi ích ấy thật là một điều may mắn. Thật hoan hỷ biết bao khi được giải thoát và Giác Ngộ."*

Ma-Vương *(Māra)*, người theo sát từng ý nghĩ và hành động của Đức Phật luôn cảnh giác để buộc tội Đức Phật khi thấy bất kỳ sai sót nào, liền nói với Đức Phật: *"Ngoài những pháp hành khổ hạnh, không còn con đường nào khác để thanh tịnh các chúng sanh; Sa-môn Cồ Đàm đã rời xa con đường thanh tịnh. Trong khi vẫn còn ô nhiễm, ông lầm tưởng rằng mình đã được thanh tịnh sao."*

Đức Phật trả lời: *"Tất cả những pháp hành khổ hạnh được sử dụng với quan niệm thành tựu trạng thái Bất Tử đều vô ích, không đem lại lợi ích gì nhiều, nó chỉ giống như những chiếc xe chạy ì à, ì ạch trên đất, và vô ích như đẩy sào trên bờ cát. Do hoàn toàn tin rằng chúng không đem lại lợi ích, nên ta đã từ bỏ mọi hình thức tự hành xác ấy."*

Chú giải cũng đề cập rằng những pháp hành khổ hạnh như ăn không đủ, mặc không đủ này là sự tự hành hạ mình. Khổ hạnh cực đoan là một hình thức tự hành xác cần phải được lưu ý cẩn thận ở đây để khi chúng ta bàn về nó trong bài Kinh Chuyển Pháp Luân *(Dhammacakka Sutta)* chúng ta sẽ hiểu tốt hơn.

SUY XÉT ĐẾN VIỆC THUYẾT BÀI PHÁP ĐẦU TIÊN

Sau khi đã trải qua bảy ngày ở bảy nơi khác nhau, Đức Phật quay trở lại chỗ cây đa của người chăn dê vào ngày thứ năm mươi. Ngồi dưới gốc cây ấy ngài suy xét *"Ta nên giảng dạy pháp đến ai trước? Ai sẽ nhanh chóng hiểu được*

Pháp này?" Rồi điều này khởi lên nơi ngài: *"Có Āḷāra Kāḷāma là bậc đa văn, thiện xảo và thông minh. Từ lâu ông ta đã là người có ít bụi phiền não trong con mắt trí tuệ. Nếu ta dạy Pháp đến Āḷāra Kāḷāma trước thì sao? Chắc chắn ông ta sẽ nhanh chóng hiểu được pháp."*

Việc Đức Phật cố gắng để tìm xem ai là người đầu tiên sẽ hiểu được lời dạy của ngài một cách nhanh chóng rất quan trọng. Mở những trung tâm thiền mới mà có được những người mộ đạo với đầy đủ đức tin, đầy đủ lòng nhiệt thành, sự cần cù, chánh niệm và thông minh là điều tối quan trọng. Chỉ những người mộ đạo có những đức tính này mới có thể thành tựu trí tuệ thể nhập một cách nhanh chóng và trở thành những tấm gương sáng cho người khác theo. Những thiền sinh thiếu đức tin, thiếu lòng nhiệt thành, cần cù, chánh niệm và thông minh hay những người mà thân và tâm yếu đuối do tuổi già khó có thể là nguồn cảm hứng cho người khác được.

Lần đầu tiên khi chúng tôi bắt đầu dạy Thiền Minh Sát Tứ Niệm Xứ, chúng tôi may mắn được khởi sự với ba người *(thực ra đó là những người bà con của tôi)*, được phú cho các căn (tinh thần) khác thường. Họ đắc được trí biết sự sanh và diệt *(Udayabbaya Ñāṇa-Sanh Diệt Trí)* chỉ trong vòng ba ngày thực hành và vô cùng vui mừng với việc thấy ánh sáng cũng như những tướng có thọ hỷ và lạc đi kèm. Chính việc đạt được những kết quả nhanh chóng này là nguyên nhân

cho sự chấp nhận và phổ biến rộng rãi kỹ thuật Thiền Minh Sát theo Mahāsī.

Đức Phật nghĩ đến việc dạy bài pháp đầu tiên của ngài cho ai nhanh chóng tiếp thu được nó là như vậy, nhưng khi ngài suy xét đến Āḷāra Kāḷāma, một vị chư thiên đã nói với ngài, *"Bạch Thế Tôn, Āḷāra Kāḷāma đã qua đời bảy ngày trước."* Lúc đó trí khởi lên cho Đức Phật, (và ngài) thấy rằng Āḷāra Kāḷāma đã qua đời bảy ngày trước và nhờ chứng thiền ông đã sanh về cõi Phạm Thiên Vô Sở Hữu Xứ *(Akincaññāyatana Brahma…Cõi Phạm Thiên Vô Sắc).*

BỎ LỠ ĐẠO QUẢ DO BẢY NGÀY

"Thật là một sự mất mát to lớn đối với Āḷāra của giòng tộc Kāḷāma" Đức Phật than tiếc. Āḷāra đã phát triển đầy đủ trí tuệ, nếu được nghe lời dạy của Đức Phật, có thể ông sẽ nhanh chóng đắc Đạo Quả A-la-hán. Nhưng cái chết sớm đã tước mất của ông cơ hội ấy. Trong cõi Vô Sở Hữu Xứ, chỉ danh hiện hữu chứ không có sắc, cho dù Đức Phật có đi lên đó để dạy Pháp cho ông, ông cũng không được lợi ích gì. Tuổi thọ của Vô Sở Hữu Xứ cũng dài tới sáu mươi ngàn kiếp. Sau khi chết ở đó, ông sẽ xuất hiện trở lại trong cõi người nhưng sẽ lỡ mất giáo pháp của chư Phật. Như vậy, là một phàm nhân, ông sẽ phải trôi lăn trong luân hồi, có khi chìm xuống các cõi thấp để đối diện với những khổ đau. Do

đó Đức Phật đã than tiếc rằng sự mất mát đối với Āḷāra Kāḷāma thật là to lớn.

Thời nay cũng vậy, có thể có những người đáng được những chứng đắc cao hơn, nhưng đã chết mà không có cơ hội nghe pháp hành Thiền Tứ Niệm Xứ như chúng tôi đang giảng giải; hay đã được nghe Pháp ấy, nhưng vẫn chưa ra sức nỗ lực để đưa nó vào thực hành. Những con người hiền thiện đang tụ hội ở đây và đang nghe những gì chúng tôi giảng dạy hãy thận trọng thấy ra rằng đây là những cơ hội hiếm hoi cho sự thăng hoa của mình, chớ để phí hoài.

BỎ LỠ CƠ HỘI LỚN CHỈ MỘT ĐÊM

Rồi Đức Phật nghĩ đến việc dạy bài pháp đầu tiên cho Udaka, con của thánh giả Rāma. Một vị chư thiên lại nói với Đức Phật: *"Bạch Ngài, Udaka Rāmaputta đã qua đời đêm qua."* Tri kiến khởi lên cho Đức Phật, (và ngài) thấy rằng đạo sĩ Udaka Rāmaputta quả thật đã mạng chung lúc canh đầu đêm qua và nhờ những thiền chứng của mình ông đã đạt đến cảnh giới Phi Tưởng Phi Phi Tưởng Xứ. Cảnh giới này cũng là một trạng thái vô sắc, và thọ mạng của nó lên đến tám mươi bốn ngàn kiếp. Đây là cõi sống cao tột nhất và cao quý nhất trong ba mươi mốt cõi , nhưng Pháp thì không thể được nghe ở cõi này. Ở cõi người, Udaka Rāmaputta đã phát triển tâm linh cao đến nỗi nếu được nghe Pháp ông có thể chứng đắc A-la-hán Thánh Quả ngay lập tức. Nhưng ông sẽ

không có được cơ hội ấy nữa vì đã bỏ lỡ nó do chết quá sớm đêm qua. Bị tác động bởi sự kiện ấy Đức Phật đã nói lên lời thương cảm, *"Thật là một mất mát to lớn cho đạo sĩ Udaka, con trai của thánh giả Rāma."*

Sau đó Đức Phật lại nghĩ xem ngài nên thuyết bài pháp đầu tiên này đến ai. Nhóm năm vị Tỳ-kheo xuất hiện trong thiên nhãn của ngài và ngài thấy họ đang sống trong Vườn *(Bảo Hộ)* Nai ở Benares.

HÀNH TRÌNH ĐI THUYẾT BÀI PHÁP ĐẦU TIÊN

Thế là Đức Phật khởi sự lên đường. Các Bậc Giác Ngộ trước cũng thực hiện cuộc hành trình như ngài, nhưng bằng năng lực thần thông. Tuy nhiên Đức Phật Gotama của chúng ta chọn cách đi bộ vì mục đích muốn gặp đạo sĩ loã thể Upaka trên đường đi, người mà ngài muốn chia xẻ một điều gì đó.

Chú Giải bộ Phật Sử *(Buddhavamsa)* và chú giải Bộ Phật Sử nói rằng Đức Thế Tôn bắt đầu cuộc hành trình vào ngày rằm tháng Sáu. Nhưng Vườn Nai, ở Benares cách Cây Bồ Đề 18 do tuần (khoảng 142 dặm) và vì Đức Thế Tôn đi bộ, nên trong một ngày không thể nào đi hết một khoảng đường xa như thế trừ phi bằng năng lực thần thông. Do đó, sẽ là thích hợp hơn nếu chúng ta ấn định ngày bắt đầu (thuyết kinh) là ngày trăng tròn thứ sáu của tháng Sáu (tức ngày 20 tháng sáu).

GẶP ĐẠO SĨ LOÃ THỂ UPAKA

Đức Thế Tôn đi không xa khỏi Cây Bồ Đề bao nhiêu *(khoảng 6 dặm trên đường đến Gāyā)* thì gặp đạo sĩ loã thể Upaka, đệ tử của Nātaputta giáo chủ vĩ đại của Phái Loã Thể. Nhìn thấy Đức Thế Tôn vị này đã nói, *"Này Hiền giả, nét mặt của bạn thật trong sáng và thanh thản, nước da của bạn thật thanh tịnh và sáng chói. Nhân danh ai bạn xuất gia? Ai là đạo sư của bạn? Bạn thọ Pháp của ai?*" Đức Thế Tôn trả lời:

Sabbābhibhu sabbaviduhamasami
Sabbesu Dhammesu anupalitto
Sabinjho taṇhākkhaye vimutto
Sayaṃ Abhiññāya kamuddiseyyaṃ.

Ta (là) bậc vượt qua tất cả
Bậc thông suốt các pháp
Ái diệt tận, giải thoát
Do diệt trừ tham
Tự mình chứng thắng trí
Ta gọi ai thầy ta?

Thậm chí Đức Thế Tôn còn tự giới thiệu địa vị của mình một cách rõ ràng hơn, như sau:

Na me ācariyo atthi
Sadiso me na vijjati
Sadevakasamim lokasamin
Nattni me patipuggalo

Ta không có đạo sư
Bậc như ta không có
Giữa thế gian nhân, thiên,
Không có ai bằng ta.

Nghe điều này Upaka tự hỏi không biết Đức Thế Tôn đã đắc A-la-hán Thánh Quả chưa.

Đức Phật trả lời:

Ahaṃ hi arahā lole
Ahaṃ satthā anuttaro
Ekomhi Sammāsambuddho
Sitibhutosami Nibbuto

Quả thật, Ta là bậc A-la-hán trên đời
Bậc đạo sư không có ai sánh bằng,
Đấng Phật Chánh Đẳng Giác duy nhất,
Mọi tham ái được dập tắt,
Ta đạt Niết Bàn tịch tịnh.

Upaka lúc đó mới hỏi Đức Thế Tôn xem ngài đang đi đâu và vì mục đích gì. Đức Phật trả lời:

Để chuyển Bánh Xe Pháp (Chuyển Pháp Luân)
Ta đi thành Kāsi.
Giữa thế gian mù lòa
Đánh lên trống bất tử

Nghe như vậy, Upaka nghi ngờ: *"Theo cách bạn tự xưng, bạn xứng đáng là bậc Chiến thắng Vô Tận chăng?"*. Và Đức Phật đã nói:

Mādisā ve jinā honti, Ye pattā Āsavakkhayam
Jitā me pāpakā Dhammā, tasamāhamupaka jino.

"– Như ta, bậc thắng giả

Những ai chứng lậu tận,
Ác pháp, Ta nhiếp phục,
Do vậy, Ta vị Thắng”. (Này Upaka)

(Những ai là Bậc Chiến Thắng giống như Ta đều đã đạt đến chỗ diệt tận các lậu hoặc. Ta đã đánh bại mọi ý nghĩ ác, ý tưởng ác, ý niệm ác. Vì lý do đó, này Upaka, Ta là Bậc Chiến Thắng (Jina).

Upaka thuộc phái du sĩ loã thể dưới sự lãnh đạo của Nātaputta, người được những đệ tử của mình gọi là Bậc Chiến Thắng (Jina). Trong câu trả lời của ngài, Đức Thế Tôn giải thích rằng chỉ những người đã thực sự dập tắt các lậu hoặc, diệt tận mọi phiền não, giống như ngài, mới được phép gọi là Bậc Chiến Thắng.

KHI BỊ MÙ QUÁNG BỞI QUAN NIỆM SAI LẦM SẼ KHÔNG THẤY CHÂN LÝ

Sau khi Đức Thế Tôn tuyên bố rằng ngài thực sự là một Bậc Chiến Thắng vô tận, du sĩ loã thể Upaka lẩm bẩm, *“Mong rằng sự tình là vậy, này ông bạn”*, rồi lắc đầu và nhường đường cho Đức Thế Tôn tiếp tục cuộc hành trình của ngài.

Về sự kiện gặp gỡ của Upaka với Đức Phật này có một điều quan trọng cần phải ghi nhớ. Ở đây Upaka được đối diện với một Bậc Giác Ngộ đích thực nhưng ông vẫn không nhận ra. Ngay cả khi Đức Thế Tôn công khai thú

nhận mình thực sự là một vị Phật, Upaka vẫn hoài nghi bởi vì ông đang chấp chặt vào những tà kiến của phái du sĩ loã thể. Ngày nay cũng vậy có những người, đang hành theo tà đạo, khi được nghe nói về pháp môn thực hành chân chánh, họ vẫn không tin. Sự xét đoán sai lầm này là do tà kiến và cần phải thận trọng tránh. Mặc dù Upaka không tỏ ra chấp nhận hoàn toàn những gì Đức Phật nói, song có vẻ như ông đã ra đi với một chút niềm tin nào đó nơi ngài, vì sau một thời gian ông đã quay trở lại với Đức Phật. Chú giải nói rằng, một thời gian sau cuộc chia tay với Đức Phật, ông hoàn tục và cưới cô con gái của một người thợ săn, tên Capa, khi đứa con trai đầu lòng được sanh ra, ông trở nên nhàm chán đời sống gia chủ và xuất gia làm sa-môn dưới Đức Thế Tôn. Thực hành theo lời dạy của Đức Phật, ông đạt đến giai đoạn Bất-Lai (Thánh A-na-hàm). Vào lúc thân hoại mạng chung ông sanh lên cõi Vô Phiền của Tịnh Cư Thiên *(Suddhāvāsa Avihā)*, nơi đây, không lâu sau đó, ông đạt đến A-la-hán Thánh Quả. Do thấy trước quả lợi ích sinh ra từ cuộc gặp gỡ với Upaka này mà Đức Thế Tôn đã thân hành đi bộ suốt một chặng đường dài đến Benares và đã trả lời tất cả những câu hỏi của Upaka vậy.

ĐẾN VƯỜN NAI (ISIPATANA)

Khi nhóm năm Tỳ-kheo (nhóm Kiều Trần Như) nhìn thấy Đức Thế Tôn từ đằng xa đang đi về phía họ, họ đã thoả

thuận với nhau rằng, *"Này các bạn, sa-môn Cồ Đàm đang đến đây, ông ta đã trở nên dễ duôi, từ bỏ sự phấn đấu và trở lại đời sống xa hoa; chúng ta đừng tỏ lòng tôn kính, cũng đừng chào hỏi và rước bát và y cho ông ta. Nhưng vì ông thuộc dòng dõi cao quý (thọ sanh cao quý), chúng ta sẽ chuẩn bị sẵn sàng chỗ ngồi cho ông ta. Nếu thích thì ông ấy sẽ ngồi."*

Nhưng khi Đức Thế Tôn đến gần, do hào quang rạng rỡ của ngài, họ tự thấy mình không thể nào giữ được sự thoả thuận giữa họ nữa. Một vị đi ra chào ngài và nhận lấy bát, vị thứ hai nhận y và vị thứ ba chuẩn bị chỗ ngồi cho ngài. Hai vị còn lại một vị mang nước rửa chân cho ngài trong khi vị kia sắp đặt ghế để chân. Tuy nhiên họ vẫn xem Đức Thế Tôn như ngang hàng với họ, gọi ngài bằng tên tộc Gotama và với cách xưng hô *"hiền giả"* thiếu tôn kính như trước. Đức Thế Tôn ngồi trên chỗ ngồi đã soạn sẵn và nói với họ.

"Này các Tỳ-kheo, đừng gọi ta bằng tên tộc Gotama (Cồ Đàm) cũng đừng xưng hô với ta bằng hiền giả như vậy. Ta đã trở thành một Bậc A-la-hán Chánh Đẳng Giác. Ta đã hoàn thành sự Giác Ngộ Viên Mãn tối thượng giống như chư Phật thuở xưa. Hãy lóng tai, này các Tỳ-kheo, cửa Bất Tử đã mở, ta đã đạt đến trạng thái Bất Tử. Ta sẽ hướng dẫn cho các vị và dạy Pháp cho các vị. Nếu các vị thực hành đúng như ta chỉ dạy, không bao lâu, ngay trong kiếp sống này, bằng chính thắng trí của mình, các vị sẽ chứng ngộ và an trú trong A-la-hán Thánh Quả, Niết Bàn, mục tiêu tối thượng và

cao quý nhất của đời Phạm Hạnh mà vì mục đích đó các thiện nam tử con nhà hiền lương từ bỏ đời sống gia chủ để sống đời không gia đình của người xuất gia.” Mặc dù với sự cam đoan chắc chắn như vậy, nhóm năm Tỳ-kheo cũng vẫn ngờ vực và vặn lại: *“Này Hiền-giả Gotama, ngay cả với thói quen tiết chế và khổ hạnh nghiêm khắc mà trước đây bạn đã hành, bạn còn không thành tựu được điều gì vượt qua những chứng đắc xứng đáng của hàng phàm phu (bạn không thể vượt qua những giới hạn của con người ‘uttarimanussadhamma’), cũng chẳng đạt đến tri kiến thù thắng và trí tuệ của bậc Thánh, mà chỉ những vị (thánh) này mới có thể huỷ diệt các phiền não. Bây giờ bạn đã từ bỏ pháp hành khổ hạnh và đang hành vì lợi đắc cá nhân, bạn đã đạt đến sự xuất chúng và tri kiến thù thắng như thế nào?”*

Đây là điều chúng ta cần phải suy xét. Năm vị Tỳ-kheo này trước đây là những nhà chiêm tinh của triều đình, ngay sau khi ngài chào đời, họ đã từng tin chắc và tiên đoán rằng ấu nhi Bồ-tát này nhất định sẽ đạt đến sự giác ngộ tối thượng. Nhưng khi đức Bồ-tát từ bỏ lối sống thiếu thốn (ăn ít, mặc ít) và khổ hạnh, họ nghĩ lầm rằng Phật Quả thế là xong không còn có thể đắc được nữa. Điều đó cũng hàm ý rằng họ không còn tin vào những lời tiên tri của chính họ. Bây giờ đây Đức Thế Tôn tuyên bố rõ rệt là ngài đã đạt đến Bất Tử, đã trở thành Bậc Chánh Đẳng Giác, họ ngờ vực vì họ vẫn giữ quan niệm sai lầm cho rằng khổ hạnh là con đường chính đáng đưa đến giác ngộ. Ngày nay cũng vậy, khi

đã nuôi dưỡng một quan niệm sai lầm nào rồi, người ta chấp chặt vào nó và cho dù có chỉ ra cho họ thấy sự thực nhiều bao nhiêu cũng sẽ không lay động được họ và làm cho họ tin. Thậm chí họ còn chống lại những người đang cố gắng đưa họ về với chánh đạo và nói năng một cách bất kính, khinh miệt những người mong muốn điều tốt lành cho họ. Chúng ta nên tránh những lỗi ấy và đừng tự dối mình.

Với lòng đại bi và thương cảm đối với nhóm năm vị Tỳ-kheo Đức Thế Tôn đã nói với họ như vầy: *"Này các Tỳ-kheo, Bậc A-la-hán Chánh Đẳng Giác giống như Đấng Như Lai thuở xưa không làm việc vì lợi lộc thế gian, không có sự từ bỏ sự phấn đấu, không rời bỏ chánh đạo đưa đến đoạn trừ phiền não; vị ấy không quay trở lại lối sống xa hoa"*, và một lần nữa ngài tuyên bố rằng ngài đã trở thành một Bậc A-la-hán Chánh Đẳng Giác. Ngài thúc giục họ hãy lắng nghe ngài trở lại.

Lần thứ nhì, nhóm năm vị Tỳ-kheo cũng hỏi vặn lại ngài như trước; và Đức Thế Tôn, hiểu rằng họ vẫn còn đang đau khổ vì ảo tưởng và vô minh, và vì lòng đại bi đối với họ, ngài đã đưa ra cho họ câu trả lời như cũ lần thứ ba.

Khi thấy nhóm năm vị Tỳ-kheo cứ khăng khăng giữ nguyên sự phản kháng, Đức Thế Tôn nói với họ như vầy, *"Này các Tỳ-kheo, hãy suy nghĩ về điều này. Các vị và ta không phải là những người xa lạ, chúng ta đã sống cùng nhau suốt sáu năm trường và các vị đã hầu hạ ta trong lúc ta hành pháp khổ hạnh. Có bao giờ các vị thấy ta nói như thế*

này chưa?" Năm vị Tỳ-kheo suy xét lời Đức Thế Tôn. Họ nhận ra rằng ngài chưa bao giờ nói như vậy trước đây bởi vì lúc đó ngài chưa đắc được Tri Kiến Thù Thắng. Họ bắt đầu tin là chắc hẳn ngài đã đắc được Tri Kiến Thù Thắng nên bây giờ ngài mới nói với họ như vậy. Vì thế họ cung kính trả lời, *"Không, bạch Ngài, chúng tôi chưa từng biết ngài có nói như vậy trước đây."*

Rồi Đức Phật nói, *"Này các Tỳ-kheo, Ta đã trở thành một bậc A-la-hán (Arahan), bằng chính nỗ lực của mình Ta đã thành tựu tối thượng giống như các đấng Như Lai (Tathāgate) thuở xưa, đã trở thành bậc Chánh Đẳng Giác (Sammāsambuddho), đã đạt đến Bất Tử (amatamadhigataṃ). Hãy lắng tai, này các Tỳ-kheo, Ta sẽ hướng dẫn cho các vị và dạy Pháp cho các vị. Nếu các vị thực hành theo lời ta chỉ dẫn, không bao lâu trong kiếp sống này, bằng chính thắng trí của mình, các vị sẽ chứng nhập và an trú trong Thánh Quả A-la-hán, Niết Bàn; mục tiêu tối hậu và cao quý nhất của đời Phạm Hạnh mà vì mục đích đó các thiện nam tử con nhà hiền lương đã từ bỏ đời sống gia chủ sống đời không nhà của người xuất gia."* Một lần nữa, Đức Thế Tôn đưa ra cho họ lời bảo đảm như vậy.

Năm vị Tỳ-kheo lúc đó rơi vào một trạng thái dễ dàng chấp nhận và sẵn sàng lắng nghe những gì Đức Phật nói một cách cung kính. Họ háo hức chờ đợi được tiếp nhận tri kiến do Đức Thế Tôn chia xẻ.

Từ trước đến đây, những gì chúng tôi đề cập là những sự kiện xác đáng được chắt lọc từ phần Giới Thiệu thuộc Giai Đoạn Trung Gian.

Bây giờ chúng tôi sẽ nói đến phần Giới Thiệu thuộc Quá Khứ Gần Nhất, qua những lời: ***"Tôi nghe như vầy"***, đưa ra một sự giải thích về cách Đức Thế Tôn bắt đầu chuyển vận Bánh Xe Pháp bằng việc thuyết bài Pháp đầu tiên.

Thời gian là lúc chiều tối ngày rằm tháng Sáu 2600 năm trước. Mặt trời sắp lặn nhưng vẫn có thể thấy được như một bầu trời đỏ rực; mặt trăng vàng vừa nhô lên ở chân trời phía đông. Chú giải Mahāvagga Saṃyutta *(Tương Ưng Đại Phẩm)* nói rằng bài pháp đầu tiên Đức Phật thuyết khi mặt trời và mặt trăng cùng được thấy rõ một lúc trên bầu trời.

Thính chúng chỉ gồm năm vị Tỳ-kheo từ cõi người. Nhưng chư thiên và phạm thiên, theo bộ Milinda Pañhā (Bộ Mi Tiên Vấn Đáp), thì vô số kể. Như vậy khi năm vị Tỳ-kheo cùng với Phạm thiên và chư thiên, những người được may mắn nghe bài Pháp đầu tiên này, đang cung kính chờ nghe với sự chăm chú thì Đức Thế Tôn bắt đầu giảng dạy bài Kinh Chuyển Pháp Luân *(Dhammacakka Sutta)* với những lời: *"Dve me, Bhikkhave, antāpabbajitena na sevitabbā."*

"Này các Tỳ-kheo, người xuất gia đã từ bỏ đời sống thế tục không nên theo đuổi hai phần cực đoan sẽ được giải thích sau đây (Ime dve antā)"

Ở đây chữ *antā*, theo Chú giải giải thích, về mặt ngữ pháp có nghĩa là *Koṭṭhāsa* hay *Bhāga* hàm ý cổ phần hay phần. Nhưng bởi vì giáo lý Trung Đạo sau đó được dạy trong bài pháp, nên việc dịch Antā là cực đoan hay thái cực là điều thích hợp. Hơn nữa chữ "phần" ở đây cũng không nên xem như một phần của vật gì, mà chỉ như những phần nào nằm trong hai thái cực của sự vật. Vì thế chúng tôi dịch là hai phần. Các bản Chú Giải của Tích Lan và Thái Lan cũng dịch nó là *Lamaka Koṭṭhāsa* với nghĩa *'phần thấp hèn, hay phần xấu'*, hơi giống như cách dịch cũ của Miến Điện: *'pháp hành thấp hèn'.*

Như vậy, điều đầu tiên cần phải lưu ý ở đây là *"Người xuất gia không nên theo đuổi hai phần cực đoan hay hai pháp hành cực đoan."*

Katame dve. Yo cāyaṃ Kāmesukhalikānuyogo — hino, gamo, pothujjaniko, anariyo, anatthasamhito. Yo cāyaṃ attakilamathaanuyogo — dukkho, anariyo, anatthasamhito.

Thế nào là hai pháp hành cực đoan? Thích thú trong các dục trần, theo đuổi các dục lạc, cố gắng để tạo ra các dục lạc ấy và hưởng thụ chúng. Cực đoan này là thấp hèn, là thói quen thông tục của hàng dân dã và tỉnh thành; được ấp ủ bởi hàng phàm phu; không trong sạch, đê tiện, vì thế các Bậc Thánh không theo đuổi; không hướng tới lợi ích (không liên hệ đến mục đích giải thoát). Sự theo đuổi các dục lạc như vậy là một pháp hành cực đoan phải nên tránh.

Cảnh sắc, âm thanh, mùi, vị và sự xúc chạm khả ái tạo thành những dục trần đáng mong muốn. Do thích thú trong những đối tượng ấy và do mong muốn được hưởng thụ chúng bằng thân hay tâm, người ta theo đuổi các dục lạc. Pháp hành này là thấp hèn, dung tục, tầm thường, đê tiện và không lợi ích, tạo thành một cực đoan, bởi thế người xuất gia không nên theo đuổi.

Phần cực đoan khác hay pháp hành cực đoan khác liên quan đến những cố gắng tự hành hạ mình chỉ có thể dẫn đến khổ đau. Kiêng ăn, kiêng mặc những gì mà bình thường mình quen dùng là một hình thức tự hành hạ mình và không đem lại lợi ích. Pháp hành này không trong sạch cũng không cao thượng và không được các Bậc Thánh theo đuổi. Nó cũng không liên quan đến mục đích mà người xuất gia đang đi tìm. Pháp hành tự hành xác như vậy, tạo thành một cực đoan khác, cũng phải nên tránh. Tránh hai cực đoan này, người ta đạt tới chánh đạo gọi là Trung Đạo.

ĐỨC THẾ TÔN TIẾP TỤC

"Ete kho, Bhikkhave, ubho ante anupāgamma majjhimā paṭipadā Tathāgatena abhisambuddhā cakkhukaranī, ñāṇakaranī, upasamāya, abhiññāya, sambo-dhāya, nibbānāya saṃvattati."

Này các Tỳ-kheo, tránh hai phần cực đoan này, Như Lai đã đạt đến Tri Kiến Thù Thắng về Trung Đạo, tạo thành mắt, tạo thành trí, đưa đến an tịnh (an tịnh các phiền não), thắng trí và Niết-bàn, đoạn tận mọi khổ đau.

Tránh xa hai cực đoan,
Lọc bỏ ác tệ,
Trung Đạo được đắc
Đi trên Chánh Đạo này,
Giác ngộ chứng Niết-Bàn.

Trung Đạo hay còn gọi là Bát Chánh Đạo này tạo thành mắt, tạo thành trí như thế nào và nó đưa đến an tịnh, thắng trí, giác ngộ và Niết-bàn ra sao sẽ được bàn đến ở phần sau.

Hết Phần I

ĐẠI KINH CHUYỂN PHÁP LUÂN
PHẦN II

Ở phần trước chúng tôi đã bàn về đoạn mở đầu của bài kinh. Phần này chúng tôi sẽ tiếp tục từ đó.

"Dve me Bhikkhave antā pabba jitena na sevitabbā.

"Này các Tỳ-kheo, người xuất gia không nên theo đuổi hai phần cực đoan này….

Tại sao người xuất gia không nên theo đuổi chúng? Bởi vì mục đích chính của người xuất gia là để dứt mình ra khỏi những phiền não tham và sân. Mục đích ấy không thể thành tựu bằng cách theo đuổi hai phần cực đoan này, vì chúng sẽ chỉ có khuynh hướng làm tăng thêm những tích luỹ của tham và sân mà thôi.

Thế nào là hai pháp hành cực đoan? Thích thú trong các dục trần, theo đuổi các dục lạc, cố gắng để tạo ra các dục lạc ấy và hưởng thụ chúng. Cực đoan này là thấp hèn, là thói quen thông tục của hàng dân dã và tỉnh thành; được ấp ủ bởi hàng phàm phu; không trong sạch, đê tiện, vì thế các Bậc Thánh không theo đuổi; không lợi ích và không liên hệ đến mục đích (giải thoát). Sự theo đuổi các dục lạc như vậy là một pháp hành cực đoan phải nên tránh.

Có năm dục trần khả ái: đó là sắc đẹp, tiếng hay, mùi thơm, vị ngon, và sự xúc chạm êm ái; tóm lại tất cả những vật chất, hữu tình hay vô tình, mà con người thụ hưởng trên thế gian.

Thích thú trong một cảnh sắc tuồng như khả ái và hưởng thụ nó tạo thành một sự thực hành và theo đuổi nhục dục. Ở đây, sắc trần không chỉ có nghĩa đơn thuần là một nguồn ánh sáng hay màu sắc tiếp xúc với con mắt, mà là đàn ông hay đàn bà hay tất cả vật thể tạo thành nguồn gốc hay khởi nguyên của cảnh sắc đó. Tương tự, tất cả những nguồn

gốc của âm thanh, của mùi, của vị, và của xúc chạm dù là đàn ông, đàn bà hay những vật gì khác đều tạo thành những dục trần (cảnh dục). Về vị, ở đây không chỉ nói về đồ ăn, những loại trái cây và những món ăn ngon thôi mà cũng còn là đàn ông, đàn bà, và những người chuẩn bị món ăn và phục vụ chúng đều được sắp loại như vị trần hay cảnh vị. Nghe một âm thanh dịu dàng, ngửi một mùi hương thơm ngào ngạt đều là hưởng dục cũng như hưởng một món ăn ngon, nằm trên một chiếc giường xa hoa, ấm cúng hoặc xúc chạm với một người khác phái vậy.

SỰ THOẢ MÃN NHỤC DỤC LÀ ĐÊ TIỆN VÀ DUNG TỤC

Thích thú trong các dục lạc và hưởng thụ chúng được xem như một sự thực hành dung tục bởi vì một sự hưởng thụ như vậy sẽ tạo thành những ham muốn thấp hèn, vốn là sự bám víu đầy dục vọng. Nó có khuynh hướng làm tăng thêm ngã mạn, nghĩ rằng không ai khác được ở địa vị hưởng những lạc thú như ta. Và đồng thời nó còn làm cho người ta bị bức bách với những ý nghĩ tham lam, không muốn chia xẻ sự may mắn với người khác hay bị những ý nghĩ ganh ghét, đố kỵ, lo lắng áp đảo không muốn cho người khác có được những lạc thú tương tự như thế.

Nó làm nảy sinh ác ý đối với với người nghĩ rằng mình đang bị chống đối. Hãnh diện với thành công và giàu có, người ta trở nên vô liêm sỉ, vô lương tâm, trơ trẽn và xem

thường hành vi cư xử của mình, không còn biết sợ làm điều ác *(vô tàm và vô quý)*. Họ bắt đầu tự lừa dối mình với ấn tượng sai lầm về sự hạnh phúc và thịnh vượng. Hạng phàm phu *(puthujana)* này cũng có thể đi đến chỗ chấp giữ tà kiến về một linh hồn hay 'tự ngã' để tán thành sự không tin nhân quả của mình. Hậu quả của sự thích thú trong các dục lạc, và hưởng thụ các dục lạc là như vậy, vì thế chúng được xem như thấp hèn và đê tiện.

Hơn nữa, theo đuổi các dục lạc là pháp hành quen thuộc của những hình thái chúng sanh thấp kém như súc sanh, ngạ quỷ…Trong khi Tỳ-kheo và Sa-môn thì thuộc về những tầng hiện hữu cao hơn không nên hạ mình xuống ngang hàng với các hình thái sống thấp thỏi trong sự thụ hưởng những nhục dục đê tiện.

Theo đuổi các dục lạc không nằm trong phạm vi của một người đã lìa bỏ đời sống thế tục. Chỉ có hàng dân dã, những người xem các dục lạc như những thuộc tính cao nhất của hạnh phúc, với họ càng nhiều khoái lạc, càng nhiều hạnh phúc, mới quan tâm đến nó. Thời xa xưa, chỉ những người có chức quyền và giàu có mới tham dự vào việc theo đuổi các dục lạc. Những cuộc chiến tranh nổ ra, và những cuộc xâm lược hung hãn cũng chỉ vì muốn thoả mãn các khoái lạc giác quan.

Thời đại tân tiến ngày nay cũng vậy, những cuộc xâm lược tương tự vẫn xảy ra ở một số vùng, cũng vì mục đích (thoả mãn) ấy. Nhưng ngày nay không chỉ những nhà cai trị

và người giàu đi tìm các dục lạc; người nghèo cũng gắng sức chạy theo những vật chất và khoái lạc thế gian. Thực tế, ngay khi vừa tới tuổi thành niên, bản năng cho sự thoả mãn việc đôi lứa và nhục dục đã tự bộc lộ. Đối với những người cư sĩ không biết đến Phật Pháp, sự thoả mãn những khát vọng giác quan quả thực có vẻ như là tột đỉnh của hạnh phúc rồi.

DIṬṬHADHAMMA NIBBĀNA VĀDA

Ngay cả trước thời Đức Phật cũng đã có những người tin rằng hạnh phúc thiên giới có thể thụ hưởng ngay trong kiếp sống này *(Diṭṭhadhamma Nibbāna Vāda).* Theo họ, dục lạc quả thật là hạnh phúc; không gì có thể vượt qua nó. Và lạc thú đó phải được tận hưởng trong kiếp sống này. Nếu để cho những khoảnh khắc hưởng thụ quý giá ấy trôi qua, và chờ đợi hạnh phúc trong một kiếp sống tương lai nào đó, vốn không hiện hữu, sẽ là một điều ngu ngốc. Thời gian để thoả mãn trọn vẹn những dục lạc là ngay bây giờ, trong kiếp hiện tại này. Đây là một trong 62 tà kiến *(micchādiṭṭhi)* Đức Phật giải thích trong Kinh Phạm Võng của Trường Bộ Kinh.

Như vậy việc hưởng thụ các dục lạc là mối bận tâm của hàng dân dã, chứ không phải là mối quan tâm của các Sa-môn và Tỳ-kheo. Đối với người xuất gia theo đuổi khoái lạc giác quan cũng có nghĩa là đang quay trở lại với đời sống thế tục mà mình đã từ bỏ. Sở dĩ người đời tỏ lòng kính trọng

hết mực đối với bực xuất gia là vì họ tin rằng các vị đang sống một đời sống thánh thiện, không bị quấy động bởi những điên cuồng của thế gian và sự cám dỗ của người khác phái. Họ cúng dường những món ăn ngon nhất và những y phục tốt nhất cho các vị Sa-môn, còn bản thân họ thì nhịn ăn nhịn mặc, luôn cả hy sinh những nhu cầu cần thiết của người thân và gia đình họ. Vì thế, sẽ là không thích hợp cho các vị Tỳ-kheo để theo đuổi các khoái lạc thế gian như những người tại gia, trong khi đang sống nhờ vào lòng từ thiện của mọi người.

Hơn nữa, các vị Tỳ-kheo từ bỏ thế gian với ước nguyện thực hành để giải thoát khỏi những thống khổ cố hữu trong vòng tử sanh luân hồi và để chứng ngộ Niết-bàn. Và hiển nhiên rằng những lý tưởng này sẽ không thể đạt đến nếu vị Tỳ-kheo cứ theo đuổi các dục lạc y như cách của những người gia chủ.Vì thế, là người xuất gia thì không nên đắm chìm trong các dục lạc.

MỘT PHÁP HÀNH THẤP HÈN VÀ TẦM THƯỜNG

Đa số người đời là hàng phàm phu bình thường chỉ biết lao đầu tìm kiếm kế sinh nhai và hưởng thụ dục lạc. Chỉ một ít người, có thể vươn lên trên đám đông này, để thấy Pháp *(Dhamma)* và sống một cuộc đời thánh thiện. Không phải để họ đắm chìm trong những khoái lạc thế gian, thô

thiển, vốn là mối quan tâm chính của tầng lớp chúng sanh thấp thỏi.

KHÔNG PHẢI LÀ PHÁP HÀNH CỦA CÁC BẬC THÁNH

Hưởng thụ những khoái lạc thế gian không phải là pháp hành của các Bậc Thánh *(Ariyas)*. Ở đây, người ta có thể hỏi tại sao các Bậc Thánh giống như bà Visākhā, ông Cấp-cô-độc *(Anāthapiịnḍika)* và Vua trời Đế Thích *(Sakka)*, những người đã đạt đến tầng thánh thứ nhất, Tu-đà-hoàn *(Sotāpanna)*, còn đắm mê trong sự theo đuổi các dục lạc? Về vấn đề này, cần phải hiểu rằng: trong Thánh Đạo Tu-đà-hoàn, dục và tham vẫn chưa được vượt qua hoàn toàn, hay nói khác hơn trong họ vẫn còn nấn ná những lạc tưởng – Sukha saññā (tưởng mới chớm về sự dễ chịu của các dục lạc). Điểm này được minh hoạ trong Tăng Chi Kinh *(Aṅguttara)* với ví dụ về một người được xem là khó tính trong những thói quen sạch sẽ, song để tránh bị một con voi dữ tấn công, cũng phải tìm chỗ núp trong một nơi đầy phân cứt dơ dáy.

Thói quen thô thiển, dơ bẩn, và đê tiện này người xuất gia phải nên tránh.

KHÔNG HƯỚNG TỚI LỢI ÍCH (ANATTHA SAṂHITO)

Pháp hành này không hướng tới lợi ích hay hạnh phúc của con người. Theo quan niệm thông thường, kiếm tiền và

làm giàu, thiết lập một cuộc sống gia đình với những kẻ hầu người hạ và một vòng vây của bè bạn, hay tóm lại, phấn đấu để có được sự thành công và tài sản trong cuộc đời này, đích thực là đang làm việc vì lợi ích hay hạnh phúc của bản thân mình.

Tuy nhiên, thực tình mà nói sự thành công và tài sản thế gian ấy không có ý nghĩa gì đối với hạnh phúc của con người. Lợi ích đích thực của con người nằm ở chỗ làm thế nào để tìm cách vượt qua già, bệnh, chết và đạt đến sự giải thoát khỏi mọi hình thức của khổ. Cách duy nhất để thoát khỏi mọi hình thức của khổ là qua việc tu tập giới *(sīla)*, định *(samādhi)* và tuệ *(paññā)*. Chỉ có đi tìm Giới, Định và Tuệ này mới đem lại lợi ích đích thực cho con người mà thôi.

Theo đuổi các dục lạc không thể thắng phục được già, bệnh, chết và các hình thức khác của khổ. Nó chỉ đưa đưa con người đến chỗ phạm giới, như tà dâm chẳng hạn. Tìm kiếm những thú vui trần tục qua việc sát sanh, trộm cắp hay lừa đảo cũng có nghĩa là phạm giới. Nói gì đến những hành động bằng thân, chỉ đơn thuần nghĩ đến sự hưởng thụ các dục lạc cũng đã ngăn sự phát triển định tâm và trí tuệ, và như vậy tạo thành một chướng ngại cho sự chứng ngộ Niết Bàn, diệt tận mọi khổ đau rồi.

Không giữ giới là một bước chắc chắn đưa đến bốn cõi khổ *(địa ngục, ngạ quỷ, súc sanh, và A-tu-la)*. Tuy nhiên, cần lưu ý là chỉ giữ một mình giới không tu tập cùng với định và tuệ sẽ không đưa đến Niết-Bàn. Giữ giới chỉ đưa đến tái sanh

trong các cõi an vui, tuy nhiên ở các cõi ấy người ta vẫn phải gặp những loại khổ như già, bệnh, và chết.

Người xuất gia, sau khi từ bỏ thế gian, với mục đích đã nguyện là thành tựu Niết-Bàn, ở đây mọi khổ đau chấm dứt, không nên quan tâm đến việc theo đuổi các dục lạc, vốn chỉ cản trở sự phát triển giới, định, và tuệ.

Tóm lại, hưởng thụ các dục lạc là thấp hèn và dung tục, là mối bận tâm của của hàng phàm phu kém trí, không trong sạch, đê tiện, không được thực hành bởi các Bậc Thánh. Nó ảnh hưởng bất lợi đến việc phát triển giới, định, tuệ và như vậy đi ngược lại lợi ích đích thực của những ai có ý định thành tựu Niết-Bàn – cái không già, không bệnh, và không chết (bất tử).

NGƯỜI TẠI GIA CÓ THỂ THEO ĐUỔI CÁC DỤC LẠC ĐƯỢC KHÔNG?

Kinh chỉ nói rằng "người xuất gia không nên theo đuổi các dục lạc." Bởi thế, vấn đề đặt ra là những gia chủ bình thường vẫn còn sống giữa môi trường thế tục có thể tự do theo đuổi các dục lạc mà không có bất kỳ hạn chế nào được không? Vì sự thoả mãn các khoái lạc giác quan là mối bận tâm của người bình thường, nên sẽ là vô nghĩa khi bắt họ phải làm như vậy. Nhưng đối với những người tại gia có ý định thực hành Thánh Pháp, nên thận trọng tránh những khoái lạc này đến mức cần thiết cho sự thực hành. Giữ bát

giới đòi hỏi phải tránh phạm vào những tội liên quan đến nhục dục. Cũng vậy, việc sở hữu những vật chất thế gian không nên tìm kiếm bằng cách sát sanh, trộm cắp và lừa đảo.

BỐN LOẠI ĐAM MÊ HƯỞNG THỤ THẾ TỤC

Trong Kinh Pāsādika của Trường Bộ, Đức Phật có nói đến bốn loại đam mê trong sự hưởng thụ thế tục như sau:

"Này Cunda, ở đời này có những người ngu si cổ suý sự làm giàu bằng việc sát sanh của họ - giết trâu bò, lợn, gà, cá…Việc thực hành này tạo thành hình thức đam mê hưởng thụ thế tục thứ nhất.

Trộm cắp, cướp bóc và bán giá cắt cổ tạo thành hình thức đam mê hưởng thụ thế tục thứ hai trong khi những phương tiện kiếm sống bằng cách lừa đảo tạo thành thứ ba. Và hình thức thứ tư của sự đam mê này là tất cả những phương tiện làm giàu khác ngoài ba loại kể trên.

Kinh nói rằng các vị Tỳ-kheo đệ tử Phật thoát khỏi những đam mê này. Đối với người cư sĩ đang giữ tám giới hay mười giới phải duy trì phạm hạnh (không hành dâm) và tránh ăn sau ngọ, ca múa, vì đây là những hình thức của dục lạc.

Khi một người chọn hành thiền, họ phải dứt bỏ các loại hưởng thụ dục dạc giống như các vị Tỳ-kheo đã lìa xa đời sống thế tục vậy, vì chúng có khuynh hướng ngăn cản sự phát triển giới, định và tuệ. Bởi thế, một người hành thiền,

dù là người tại gia, cũng không nên đam mê trong những hưởng thụ thế tục.

Những điều này đủ để được xem là một hình thức của cực đoan đam mê trong sự hưởng thụ thế tục.

PHÁP HÀNH KHỔ HẠNH TỰ HÀNH XÁC

Tự hành hạ thân xác, tạo thành một cực đoan khác, chỉ dẫn đến sự tự làm khổ mình mà thôi. Nó không phải là pháp hành của các Bậc Thánh, vì thế nó được xem là đê tiện, không trong sạch, và không hướng đến hạnh phúc và lợi ích của bản thân. Cực đoan này cũng phải nên tránh.

Pháp khổ hạnh tự hành hạ thân xác này được thực hành bởi những người có kiến chấp cho rằng đời sống xa hoa sẽ khiến cho người ta dính mắc vào các dục lạc, và rằng chỉ có những pháp khổ hạnh chế ngự bản thân, như nhịn ăn nhịn mặc mới diệt trừ được những dục vọng. Và họ tin rằng chỉ khi có được sự bình an bên ngoài như vậy mới có thể đạt đến trạng thái không già, không bệnh và không chết. Đây là niềm tin của những người hành pháp khổ hạnh tự hành hạ thân xác.

NHỮNG PHÁP MÔN HÀNH XÁC

Vị Tỳ-kheo chân chánh mặc y phục vì muốn giữ sự đứng đắn, và để ngăn che nóng, lạnh, hay những loài côn

trùng ruồi, muỗi. Còn những người tự hành xác thì đi đây đó không mảnh vải che thân, khi trời lạnh, họ ngâm mình dưới nước; khi trời nóng, họ phơi trần dưới ánh mặt trời, và đứng giữa bốn đống lửa, như vậy họ phải chịu đựng cái nóng từ năm hướng. Đây gọi là pháp hành xác bằng năm loại lửa.

Họ không dùng giường mà nằm trên nền đất để ngủ. Một số còn nằm trên giường gai chỉ che bằng một tấm vải. Có số người giữ một oai nghi ngồi suốt cả ngày, trong khi số khác chỉ giữ oai nghi đứng, không nằm hoặc ngồi. Một hình thức tự hành khổ mình khác là nằm treo ngược đầu xuống, đó là treo hai chân trên một cành cây cho đầu dốc xuống; và đứng thẳng trên đầu trong tư thế lộn ngược (trồng cây chuối) là một hình thức khác nữa.

Trong khi thói quen bình thường của một vị Tỳ-kheo là thoả mãn cơn đói bằng cách ăn uống, thì những người tự hành hạ mình lại cắt đứt thức ăn thức uống hoàn toàn. Có số chỉ ăn cách nhật (tức cách một ngày ăn một lần), trong khi những người khác hai ngày, ba ngày… một lần. Có những người hành pháp nhịn ăn trong bốn, năm, sáu, bảy ngày; một số thậm chí đến mười lăm ngày. Có số thì giảm lượng thức ăn xuống chỉ còn một vốc tay, trong khi số khác chỉ sống bằng rau xanh và cỏ hoặc sống bằng phân bò.

(Trong Lomahamsa, Chú Giải Ekanipāta, nói rằng 91 đại kiếp trước, chính đức Bồ-tát, đã hành theo những pháp khổ hạnh này. Sau đó ngài nhận ra những sai lầm của mình khi thấy những dấu hiệu của một sanh thú khổ trong tương

lai vào lúc sắp chết. Nhờ từ bỏ cách thực hành sai lầm ấy mà ngài được tái sanh lên cõi chư thiên.)

Tất cả những hình thức tự hành hạ thân xác này tạo thành pháp khổ hạnh (attakilamathānuyoga) và trước thời Đức Phật rất lâu được những tín đồ của phái Nigantha Nātaputta hành theo.

Những người theo đạo Jains ngày nay đều là con cháu của *Nigantha Nātaputta.* Pháp hành khổ hạnh của họ thường được giới bình dân xem trọng và tán thưởng. Vì thế mà khi đức Bồ-tát từ bỏ pháp hành khổ hạnh và ăn uống bình thường trở lại, những người bạn đồng tu của ngài, nhóm năm vị Tỳ-kheo đã bỏ rơi ngài, nghĩ lầm rằng đức Bồ-tát đã từ bỏ pháp hành chân chánh, nỗ lực chân chánh (padhānavibbhanta) và rằng ngài sẽ không đạt đến Giác Ngộ.

KINH ĐIỂN CỦA PHÁI NIGANTHA

Theo các bản kinh của Nigantha thì sự giải thoát khỏi những thống khổ của Luân Hồi (vòng tái sanh) được thành tựu nhờ hai phương tiện:

1. Pháp môn chế ngự (saṃvara): Pháp môn này cốt ở việc ngăn không cho các đối tượng giác quan như

sắc, thinh, hương, vị, xúc đi vào thân, nơi đây theo đức tin của họ, chúng sẽ kết hợp với tự ngã (atman, atta) để tạo ra nghiệp mới. Người ta tin rằng, những nghiệp mới này, đến lượt nó, sẽ tạo ra một kiếp sống mới.

2. Huỷ diệt quả của của nghiệp quá khứ bằng việc tự hành hạ thân xác. Theo niềm tin của họ thì nhờ phục tùng khổ hạnh họ sẽ chuộc được những quả của nghiệp bất thiện quá khứ (akusala kamma).

Có lần Đức Phật đã hỏi những đạo sĩ loã thể đang hành khổ hạnh: *"Các vị nói rằng các vị chịu đựng những khổ đau về thân xác này để làm cạn kiệt những quả của nghiệp bất thiện mà mình đã làm trong những kiếp quá khứ. Thế nhưng, quý vị có biết chắc chắn rằng quý vị thực sự đã phạm những nghiệp bất thiện trong quá khứ chăng? Câu trả lời của họ là không. Đức Phật hỏi thêm, quý vị có biết trước đây quý vị đã tạo bao nhiêu nghiệp bất thiện; và nhờ hành khổ hạnh quý vị đã chuộc được bao nhiêu và còn lại bao nhiêu không?"* Những câu trả lời của họ hoàn toàn phủ định…họ không biết gì cả.

Sau đó, để gieo trồng hạt giống trí tuệ cho họ, Đức Phật đã giải thích cho họ biết rằng do không biết có bao nhiêu nghiệp bất thiện trong quá khứ, và cũng không biết đã chuộc được bao nhiêu nghiệp trong số đó, nên việc thực hành khổ hạnh như vậy là vô ích.

Đức Phật nói thêm rằng những ai đang cố gắng giải nghiệp quá khứ bằng sự tự hành hạ thân xác thực sự đã phạm một số nghiệp bất thiện rất lớn.

Đức Bồ-tát trước đây cũng đã chọn những biện pháp thực hành cực đoan nhưng không phải với quan niệm chuộc tội, nếu có, mà ngài chỉ nghĩ rằng những pháp hành ấy sẽ dẫn đến tri kiến thù thắng. Nhưng sau năm năm ráng sức nỗ lực, như trên đã nói, ngài nhận ra rằng pháp hành cực đoan sẽ không dẫn đến tri kiến thù thắng hay trí tuệ và tự hỏi xem có cách nào khác dẫn đến mục đích ngài ấp ủ chăng, và ngài đã từ bỏ pháp hành khổ hạnh ấy.

KHỔ THÂN

Tự hành hạ thân xác chỉ đưa đến khổ thân. Tuy nhiên nó đã được những đạo sĩ loã thể xem là thánh thiện. Để không động chạm đến tính nhạy cảm của họ, Đức Phật, như đã giải thích trong Chú Giải Vô Ngại Giải Đạo *(Patisambhidā)*, không lên án việc hành khổ hạnh này là thấp hèn hay đê tiện; cũng không mô tả nó là dung tục, hay được thực hành bởi hàng dân dã bình thường, vì người bình thường chắc chắn không đam mê trong pháp hành khổ hạnh này.

Đức Phật chỉ mô tả pháp môn khổ hạnh này đơn giản như đem lại sự đau đớn, không trong sạch và thấp hèn, không được thực hành bởi các Bậc Thánh.

NỖ LỰC KHÔNG LỢI ÍCH

Pháp hành khổ hạnh cũng không liên quan đến những lợi ích đích thực mà người xuất gia đang tìm cầu. Nó chẳng những không liên quan đến những những lý tưởng tu tập thuộc về giới, định và tuệ, mà lại còn không đóng góp gì cho những tiến bộ thế gian. Là một nỗ lực không có lợi ích, chỉ đưa đến khổ thân, pháp hành khổ hạnh, thậm chí còn chứng tỏ là đem lại tai hại cho những người thực hành quá nhiệt tâm. Vì thế nó được xem như hoàn toàn không lợi ích.

Trước khi có sự xuất hiện của Đức Phật Chánh Đẳng Giác, khắp mọi nơi trên đất nước Ấn Độ, khổ hạnh vẫn được mọi người xem là pháp hành cao quý, thánh thiện, thực sự đưa đến giải thoát *(khỏi những quả báo của ác nghiệp)*. Nhóm năm vị Tỳ-kheo cũng chấp giữ quan điểm ấy.

Tuy nhiên Đức Phật nói rằng pháp hành cực đoan ấy chỉ tạo ra khổ, một pháp hành không trong sạch, thấp hèn, không được thực hành bởi các Bậc Thánh. Nó không liên quan đến mục đích người ta đang tìm kiếm. Vì thế Đức Phật khuyên người xuất gia nên tránh cực đoan ấy, không để đắm chìm trong đó.

Thực ra, ở giai đoạn đó, một lời tuyên bố xác định về sự vô ích và không xứng đáng của pháp hành cực đoan là điều cần thiết bởi vì thời buổi ấy không những người ta chấp *'chỉ có khổ hạnh mới đưa đến tri kiến thù thắng'*, mà cả nhóm năm vị Tỳ-kheo cũng chấp nhận đức tin đó. Bao lâu

họ còn chấp chặt vào quan niệm này, họ sẽ không dễ gì tiếp nhận giáo lý Bát Thánh Đạo của Đức Phật. Vì thế Đức Phật phải lên án công khai rằng khổ hạnh là pháp hành vô ích và chỉ đưa đến khổ đau thân xác.

Phần cực đoan hay pháp hành cực đoan thứ nhất để cho tâm và thân tự do *(theo đuổi các dục lạc)* và do đó được xem là quá dễ duôi. Một cái tâm *(tự do)* không kiểm soát bằng thiền *(định hay minh sát)* có khả năng chìm sâu vào việc theo đuổi các dục lạc. Chúng ta biết rằng có những vị thầy hiện nay đang dạy pháp xả tâm, đó là thả lỏng cho tâm tự do suy nghĩ. Nhưng bản chất của tâm là phóng túng và đòi hỏi phải có một sự canh chừng thường xuyên. Ngay cả khi đã được kiểm soát liên tục băng thiền, tâm nhiềulúc vẫn lang thang đến những đối tượng của dục lạc. Do đó, một điều hiển nhiên rằng nếu cứ để cho tâm tự do không canh chừng bằng thiền, chắc chắn tự nó sẽ khuếch đại những suy nghĩ về dục lạc.

Phần cực đoan hay pháp hành cực đoan thứ hai thì tự giáng cái khổ lên cho mình bằng cách từ chối những nhu cầu bình thường về ăn và mặc. Đây được xem là pháp hành quá cứng rắn, căng thẳng, tự tước đi của mình sự thoải mái bình thường và như vậy cũng cần phải tránh.

SỰ GIẢI THÍCH SAI LẦM VỀ KHỔ HẠNH

Có một sự giải thích sai lầm về những pháp khổ hạnh mà một số vị thầy đưa ra trái ngược với lời dạy của Đức Phật.

Theo các vị thầy này, thì nhiệt tâm, tinh cần không mệt mỏi đòi hỏi phải có cho việc hành thiền cũng được kể là khổ hạnh. Quan niệm này hoàn toàn đối nghịch với lời cổ vũ của Đức Phật, người luôn luôn khuyên hàng đệ tử phải tích cực, phấn đấu không ngừng để đạt đến định và tuệ, cho dù có phải hy sinh thân mạng.

"Dù chỉ còn da và xương. Dù máu thịt có khô cạn, ta vẫn sẽ không ngừng nỗ lực cho đến khi nào đạt được Đạo Quả." Đây hẳn phải là sự quyết định dứt khoát đã dẫn dắt Đức Phật theo đuổi mục tiêu đến cùng.

Những nỗ lực tích cực, không suy giảm trong việc hành thiền nhằm thành tựu định và tuệ không nên hiểu lầm là một hình thức tự hành xác. Để qua một bên chuyện hành thiền, ngay cả việc giữ giới vốn đòi hỏi phải chịu một sự không thoải mái về thân nào đó cũng không thể được xem là hành khổ hạnh nữa. Những thanh niên và sa-di trẻ nguyện giữ bát giới hay thập giới phải chịu một sự giằn vặt của cơn đói khi không ăn vào buổi chiều. Nhưng việc nhịn ăn này được thực hiện để thành tựu giới, chứ nó không có nghĩa là hành xác.

Đối với một số người, giới không sát sanh là một sự hy sinh đối với họ; họ phải chịu một vài bất lợi nào đó như hệ quả của việc giữ giới này, nhưng vì nó tạo thành một

thiện nghiệp thuộc về giữ giới, nên không nên quan niệm nó như một hình thức tự hành xác hay khổ hạnh. Trong *Mahādhamma Samādāna Sutta* (Đại Kinh Pháp Hành), Đức Phật giải thích rằng những hành động hy sinh trong hiện tại như vậy chắc chắn sẽ tạo ra những quả lợi ích trong tương lai. Đức Phật nói: *"Trong đời này, có người tránh sát sanh, (việc làm này) khiến cho bản thân họ phải cảm thọ khổ và ưu. Do chấp nhận chánh kiến (không sát sanh) nên họ phải chịu khổ thân và khổ tâm. Những người này, do tự nguyện cảm thọ khổ để giữ giới trong sạch trong hiện tại, sau khi mệnh chung sẽ đạt đến những cảnh giới cao hơn của các vị chư thiên. Mười thiện nghiệp này gọi là những pháp hành thiện, hiện tại khổ song tạo ra những quả lợi ích trong đời sau."*

Như vậy, bất cứ pháp hành nào làm tăng trưởng Giới, Định và Tuệ thì không phải là pháp hành vô ích, không phải là khổ hạnh, mà thực sự đó là pháp hành lợi ích và hợp với Trung Đạo, chắc chắn phải nên hành theo. Cũng nên ghi nhớ rõ ở đây là chỉ những pháp hành nào không phát triển giới, định, và tuệ mà chỉ dẫn đến khổ thân mới tạo thành pháp khổ hạnh, tự hành xác mình.

SỰ HIỂU SAI VỀ QUÁN THỌ

Có số người chấp quan điểm cho rằng quán thọ lạc tạo thành sự đam mê trong các dục lạc (cực đoan thứ nhất) trong khi quán thọ khổ tạo thành sự tự hành xác hay khổ

hạnh (cực đoan thứ hai). Vì vậy, họ chủ trương rằng người ta nên tránh cả hai pháp quán trên và chỉ tập trung trên quán thọ xả. Đây chắc chắn là một sự hiểu lầm phi lý, không được hỗ trợ bởi một thẩm quyền kinh điển nào cả.

Trong Kinh Đại Niệm Xứ *(Mahā Satipatthāna Sutta)* Đức Phật đã tuyên bố rõ rằng thọ lạc, thọ khổ, và thọ xả đều là đối tượng cho sự quán. Lời tuyên bố này cũng được lập lại ở nhiều bài kinh khác. Vì vậy phải xác định rõ rằng bất kỳ đối tượng nào được xếp vào loại Năm Thủ Uẩn đều là đối tượng hợp pháp cho thiền quán.

Người ta kể là một vị thiền sư cư sĩ nọ dạy *"Trong khi hành thiền, sử dụng bất kỳ oai nghi nào cũng được, nếu hành giả bắt đầu cảm thấy mệt, đau, tê, hay có những cảm giác nóng và khó chịu nơi chân tay, hành giả phải thay đổi oai nghi liền. Nếu hành giả cứ kiên quyết hành thiền bất chấp những cảm giác khó chịu hay mệt mỏi ấy, hành giả thực sự đã vướng vào pháp hành khổ hạnh."*

Lời tuyên bố này rõ ràng có quan tâm đến sự an lạc của người hành thiền, tuy nhiên phải nói rằng đó là một lời tuyên bố vô căn cứ và thiếu kinh nghiệm. Trong khi hành thiền định hay Thiền Minh Sát, yếu tố kiên nhẫn hay tiết chế *(khantī Saṃvara)* luôn đóng một vai trò quan trọng. Phải nói đó là một yếu tố rất quan trọng cho việc thực hành thành công thiền định và minh sát. Sự nhất tâm chỉ có thể được thành tựu nhờ kiên nhẫn chịu đựng một vài sự khó chịu, và không thoải mái của thân nào đó. Kinh nghiệm của những người

hành thiền nghiêm túc cho thấy rằng thay đổi oai nghi liên tục sẽ không có lợi cho sự phát triển định tâm. Do đó, cảm giác không thoải mái của thân bắt buộc phải sanh cùng với sự kham nhẫn. Thực hành tiết chế như vậy không phải là khổ hạnh, vì mục đích không đơn thuần là làm khổ mình, mà là để tăng trưởng giới, định và tuệ, phù hợp với ước nguyện của Đức Phật.

Đức Thế Tôn mong mỏi mọi người, nếu có thể được, hãy thực hiện một nỗ lực không ngừng nghỉ hơn nữa để thành tựu Đạo Quả A-la-hán cao thượng bằng một thời ngồi liên tục, không bị gián đoạn bởi sự thay đổi oai nghi. Trong *Mahā Gosinga Sutta* (Đại Kinh Rừng Sừng Bò), Đức Thế Tôn nói rằng: "Vị Tỳ-kheo hành thiền sau khi hạ quyết tâm vững chắc: *"Ta sẽ không bỏ thế ngồi kiết-già này cho đến khi tâm của ta được khéo giải thoát khỏi các lậu hoặc, không có chấp thủ"*. Vị Tỷ-kheo như vậy có thể làm sáng chói khu rừng Gosinga, và được xem như một báu vật cho trú xứ ở rừng.'

Như vậy, lời tuyên bố cho rằng kham nhẫn quán thọ khổ là một hình thức tự hành hạ mình kể như đã lên án những hành giả đang thực hành theo sự chỉ dạy của Đức Phật. Điều đó cũng có nghĩa bác bỏ cả những lời dạy của Ngài, và ngăn cản sự nỗ lực của các thiền sinh, những người vốn chỉ có thể thành tựu định và tuệ nhờ kham nhẫn chịu đựng sự đau đớn do không thay đổi oai nghi đem lại.

Ghi chú: ***("Này các Tỳ-kheo, trong giáo pháp này, vị Tỳ-kheo sau khi như lý giác sát, kham nhẫn chịu đựng lạnh, nóng, đói, khát, sự tấn công của các loài côn trùng, bò sát, của gió và sức nóng mặt trời, những lời buộc tội, phỉ báng. Vị ấy kham nhẫn các cảm thọ về thân, những cảm thọ thống khổ, khốc liệt, đau nhói, nhức nhối, không sung sướng, đáng sợ hãi thậm chí có thể gây nguy hiểm đến mạng sống. Những quả lợi ích của sự kham nhẫn chịu đựng lạnh, nóng, đói, khát, sự tấn công của các loài côn trùng, bò sát, của gió và sức nóng mặt trời, những lời buộc tội, phỉ báng…này là sự không xuất hiện cuả các lậu hoặc, phiền não, khổ đau, và nhiệt não mà nếu không kham nhẫn chịu đựng chắc chắn sẽ xuất hiện".***

Cần lưu ý rằng trong bài 'Kinh Tất Cả Lậu Hoặc' này Đức Thế Tôn khuyên chúng ta phải biết chịu đựng sự đau đớn nghiêm trọng ngay cả với giá phải hy sinh thân mạng. Chú giải bài Kinh liên hệ câu chuyện của Trưởng Lão Lomasa Nāga, người đã kiên trì việc hành thiền ngay cả khi bị những bông tuyết bao phủ lúc ngài đang ngồi hành thiền ngoài trời, vào đêm trăng tròn tháng Giêng. Chỉ bằng cách quán cái lạnh cực độ của vùng Lokantariks, ngài đã vượt qua được cái lạnh đang vây quanh ngài, không từ bỏ oai nghi. Những tấm gương kham nhẫn trong khi hành thiền như vậy có rất nhiều trong những mẫu chuyện đề cập ở Kinh Điển.

Vì vậy những hình thức đau đớn tương đối nhẹ như tê cứng chân tay, cảm giác nóng bức khi hành thiền,...phải được kham nhẫn chịu đựng, không nên thay đổi oai nghi. Nếu có thể được, hãy giữ sự kiên trì dù có phải hy sinh thân mạng, vì điều đó sẽ làm tăng trưởng sự kham nhẫn tiết chế (khantī saṃvara), cũng như định và tuệ.

Tuy nhiên, nếu những cơn đau và cảm giác khó chịu đạt đến mức độ lớn không thể chịu đựng được nữa, hành giả có thể thay đổi oai nghi nhưng phải thực hiện rất chậm và nhẹ nhàng đừng để đánh động chánh niệm, định và tuệ.)

Tóm lại, những pháp hành không liên quan đến sự tăng trưởng Giới, Định và Tuệ mà chỉ hành để thọ khổ đơn thuần, dứt khoát là những hình thức tự hành xác mình hay khổ hạnh. Ngược lại, những nỗ lực nhiệt thành, dù có phải cảm thọ khổ ưu, nhưng nếu thực hành vì sự phát triển Giới, Định, và Tuệ, sẽ không phải là khổ hạnh. Việc thực hành đó rõ ràng phải được xem như Trung Đạo hay Bát Thánh Đạo, do Đức Thế Tôn đưa ra.

Chính Đức Thế Tôn, sau khi tránh hai pháp hành cực đoan này, đó là đắm chìm trong các dục lạc, được xem là quá dễ duôi và ép xác khổ hạnh được xem là quá nghiêm khắc, đã đắc thành Phật Quả và Giác Ngộ nhờ hành theo Trung Đạo.

TRUNG ĐẠO - SỰ THỰC HÀNH VÀ LỢI ÍCH

Ete Kho, Bhikkhave, ubho ante anupagomma majjhimā paṭipadā Tathāgatena abhisambuddhā — Cakkhukaranī, Ñāṇakaranī, Upasamāya, abhiññāya, Sambodhāya, Nibbānāya Savattati.

Đức Thế Tôn tiếp tục: *"Này các Tỳ-kheo, tránh hai cực đoan này, Như Lai đã đắc được trí thể nhập về Trung Đạo, tạo thành mắt, tạo thành trí, đưa đến an tịnh, thắng trí, giác ngộ, Niết-bàn."*

Với những lời này, Đức Thế Tôn đã để cho Nhóm Năm Vị Tỳ Kheo biết rằng sau khi từ bỏ hai pháp hành cực đoan, ngài đã tìm thấy Trung Đaọ, và bằng con đường đó ngài đã tự mình đạt đến giác ngộ, có được nhãn, có được trí, có được sự an tịnh…

Trong suốt mười ba năm, từ mười sáu cho đến năm hai mươi chín tuổi, ngài đắm chìm trong các dục lạc, một con đường cực kỳ dễ duôi. Năm hai mươi chín tuổi, ngài từ bỏ lối sống dễ duôi ấy bằng cách xuất gia, xa lìa đời sống thế tục. Sau đó, trong sáu năm ngài thực hành những hình thức khổ hạnh cực đoan qua việc tự hành xác mình. Sau sáu năm luyện tập khắc khổ, ngài không có được chút tri kiến thù thắng nào, cũng không có được sự lợi ích nào từ việc tu tập ấy và nhận ra rằng mình đã đi sai đường.

Do đó, ngài từ bỏ những pháp hành khổ hạnh và ăn uống bình thường trở lại để củng cố thể lực cho việc chứng thiền qua những bài tập hơi thở mà ngài đã hành trước đây. Việc ăn uống trở lại của ngài là một hành động đã được suy

xét kỹ với mục đích giúp cho ngài có đủ sức khoẻ thể thực hành những bài tập thiền hơi thở, vốn là một phần của Trung Đạo. Khi thức ăn được thọ dụng có tiết độ, và trong chánh niệm, nó không thể được xem như sự hưởng thụ dục lạc, cũng không phải là khổ hạnh, vì không có cái khổ do khước từ thức ăn. Vì vậy nó dứt khoát là Con Đường Trung Đạo, không liên hệ gì đến hai pháp hành cực đoan.

Khi đã phục hồi sức khoẻ nhờ ăn uống bình thường trở lại, Đức Thế Tôn đi vào thực hành và đắc bốn bậc thiền. Định của những bậc thiền này là dấu hiệu báo trước cho các Thánh Đạo *(pubba bhāga magga)*, hay nền móng cho sự phát triển Thiền Minh Sát và như vậy tạo thành Chánh Định, một trong những bước của Trung Đạo hay Bát Thánh Đạo. Dựa trên nền móng Chánh Định, Đức Thế Tôn phát triển minh sát và Chánh Kiến với tâm tập trung toàn triệt. Bằng cách này ngài đã tự thân khám phá Bốn Thánh Đạo hay Bát Thánh Đạo, không qua khổ hạnh khắt khe cũng không qua sự thọ hưởng các dục lạc, mà bằng con đường Trung Đạo. Do đó ngài tuyên bố: *"Này các Tỳ-kheo, tránh hai pháp hành cực đoan này, Như Lai có được trí thể nhập về Trung Đạo."* Qua lời tuyên bố trên ngài muốn nói rằng ngài có được trí thể nhập Trung Đạo vốn không quá dễ duôi và cũng không quá khắt khe, nhờ từ bỏ hai pháp hành sai lạc, đó là *kāmasukhallika (hưởng thụ các dục lạc)* được xem là quá dễ duôi, và *attakilamatha (tự hành hạ thân xác)* được xem là quá khổ hạnh.

Hai con đường cực đoan,

Là pháp hành sai lạc,
Chúng cần phải được tránh.
Trung Đạo là Chánh Đạo.

LÀM THẾ NÀO ĐỂ TRÁNH HAI CỰC ĐOAN

Về năm dục trần — sắc, thanh, hương, vị và xúc, nếu những đối tượng ấy không xâm phạm vào việc giữ giới hay nếu chúng giúp ích cho việc thực hành Pháp, thì có thể hưởng thụ được. Ăn cần phải ăn bình thường, mặc cần phải mặc bình thường giúp cho việc thực hành pháp được dễ dàng, như vậy tránh được cực đoan khổ hạnh hay tự hành hạ thân xác.

Những nhu cầu cần thiết như thức ăn, y phục, thuốc trị bệnh, và nơi trú ngụ (cốc, liêu) phải được sử dụng kèm với sự quán tưởng hoặc thực hành thiền định, hay thiền minh sát. Tức là, mỗi lần xúc chạm với năm dục trần, cần phải ghi nhận chúng như những đối tượng của thiền minh sát. Nhờ áp dụng một sự quán tưởng hay ghi nhận những dục trần này như những đối tượng của minh sát, việc ăn, mặc…sẽ không phát triển thành sự hưởng thụ chúng với tâm thích thú, nhờ đó tránh được cực đoan khác, đó là đắm mê trong các dục lạc. Bởi thế, Đức Thế Tôn nói rằng *"Nhờ tránh hai cực đoan này, Như Lai có được trí thể nhập Trung Đạo."*

THUỐC GIẢI ĐỘC CHO THỨC ĂN KHÓ TIÊU HOÁ

Áp dụng sự quán tưởng hay hành thiền minh sát có nghĩa là phát triển niệm, định và tuệ, vốn là những bước trong Bát Thánh Đạo. Nó cũng giống như uống thuốc giải độc sau khi ăn trúng thức ăn không thích hợp và khó tiêu hoá vậy. Sau một cơn bạo bệnh, thời kỳ dưỡng bệnh cần phải thận trọng về chế độ ăn uống kiêng khem của mình. Bạn phải biết tránh những loại thức ăn không thích hợp, có thể làm tổn hại đến sức khoẻ. Nếu bạn không thể kháng lại sự cám dỗ khiến phải ăn loại thức ăn ấy, bạn phải uống thuốc tiêu liền để làm mất tác dụng cái hậu quả tai hại của thức ăn bạn đã ăn. Theo cách này, bạn có thể thoả mãn ước muốn của mình để ăn những gì bạn thích, và đồng thời tránh được những hậu quả xấu của việc ăn ấy.

Tương tự, nhờ quán những vật dụng mà chúng ta đang dùng hay ghi nhận nó như những đối tượng của thiền, chúng ta đã ngăn được việc thọ dụng chúng phát triển thành sự hưởng dục.

Mỗi lần thấy, nghe, xúc chạm, nhận thức, nếu người hành thiền ghi nhận và hiểu rõ bản chất vô thường, khổ và vô ngã trong mọi hiện tượng sanh và diệt, thì tham và sân đối với việc thấy, nghe, …ấy không thể phát triển nơi họ. Khi thọ dụng bốn món vật dụng cần yếu, như thức ăn, y phục, thuốc trị bệnh và chỗ ở (cốc, liêu…) cũng vậy, nếu người hành thiền cứ liên tục ghi nhận chúng, không phiền não nào có thể sanh đối với những vật dụng này.

Như vậy chúng ta có thể tận dụng những vật dụng cần yếu cho cuộc sống được thoải mái, mà vẫn tránh được sự phát triển của tâm ham thích đối với chúng qua việc thực hành sự quán tưởng và Thiền Minh Sát. Theo cách này, hai cực đoan đã được tránh, vì thực hành quán tưởng và thiền Minh Sát vào lúc thọ dụng thức ăn,…có nghĩa là thực hành Con Đường Trung Đạo.

Với sự thực hành theo Trung Đạo bằng cách liên tục ghi nhận mọi đối tượng xuất hiện tại sáu cửa giác quan, nhờ đó biết được bản chất thực của chúng này, tuệ nhãn sẽ sanh, con mắt của trí tuệ sẽ mở ra dẫn đến sự chứng đắc Niết-bàn. Đó là những lợi ích xuất phát từ việc hành theo Trung Đạo. Đức Phật tiếp tục giải thích: *"Trung Đạo do Như Lai thể nhập tạo ra mắt (tác thành mắt), tạo ra trí (tác thành trí)."*

NHÃN VÀ TRÍ ĐƯỢC PHÁT TRIỂN NHƯ THẾ NÀO

Bất kỳ ai thực hành Trung Đạo hay Bát Thánh Đạo, con mắt *(tuệ nhãn)* được tạo ra, trí được tạo ra trong người ấy. Ở đây nhãn và trí có cùng một ý nghĩa. Pháp *(Dhamma)* được thấy rõ ràng như thể thấy bằng thị lực, vì vậy mà gọi là tác thành mắt.

Nhãn và trí không thể sanh khi đắm mê trong các dục lạc, hay khi hành khổ hạnh. Chúng chỉ sanh do hành theo Bát Thánh Đạo. Sự phát triển của nhãn và trí rất quan trọng.

Trong giáo pháp của Đức Phật, thiền được thực hành vì mục đích phát triển Bát Thánh Đạo này.

Khi Bát Thánh Đạo được tu tập, người hành thiền sẽ phân biệt được bản chất đích thực của danh và sắc một cách rõ ràng, như thể đang thấy bằng chính con mắt của mình vậy. Sự sanh và diệt của danh và sắc cũng được quán đúng như chúng thực sự xảy ra. Bản chất vô thường, khổ và vô ngã của mọi hiện tượng danh và sắc lúc này trở nên rất rõ, không phải thông qua đọc hay nghe người thầy giải thích, mà bằng trực giác người hành thiền tự mình kinh nghiệm điều đó. Cuối cùng bản thể của Niết-bàn, đó là sự yên lặng của các thân hành và tâm hành, sự diệt của khổ trong vòng luân hồi sẽ được thấy rõ và chứng ngộ đầy đủ như kinh nghiện của tự thân người hành thiền.

Điều quan trọng là phải xem xét kỹ lưỡng xem sự tự chứng như vậy đã được đạt đến hay chưa.

NHÃN VÀ TRÍ TUẦN TỰ XUẤT HIỆN NHƯ THẾ NÀO

Đối với một hành giả miệt mài trong thiền minh sát, nghĩa là vị ấy liên tục ghi nhận được Danh và Sắc vào lúc chúng sanh và diệt, sự xuất hiện của nhãn và trí sẽ rất rõ ràng và sinh động. Lúc mới bắt đầu hành thiền, mặc dù hành giả cũng ghi nhận trạng thái phồng xẹp của bụng, ghi nhận ngồi, chạm, thấy, nghe mỗi khi hiện tượng xảy ra, song không có

được trí đặc biệt nào, vì định lực của hành giả vẫn chưa vững chắc.

Sau thời gian chừng vài ngày, tâm trở nên vắng lặng và định lực tăng trưởng. Hầu như tâm không còn lang thang đến các dục trần khác. Nó giữ chặt trên đối tượng thiền đã chọn, đó là Danh và Sắc khi chúng khởi sanh. Vào lúc đó sự phân biệt giữa Sắc *(rūpa)*, đối tượng của cái biết và Danh *(nāma)*, năng lực tâm ghi nhận nó (sắc), trở nên rất rõ rệt.

Lúc mới bắt đầu tập thiền, hành giả khó có thể phân biệt được giữa hiện tượng phồng và xẹp của bụng và hành động ghi nhận hiện tượng ấy của tâm. Hành giả vẫn bị ấn tượng cho rằng những hiện tượng riêng rẽ này là một và giống như nhau. Khi định lực gia tăng, sắc *(rūpa)*, đối tượng của sự hay biết tự động trở nên khác với từng niệm ghi nhận, nghĩa là khác với nāma (danh) đang ghi nhận nó. Chúng xuất hiện riêng rẽ chứ không lẫn lộn.

Lúc đó trí sanh cho thấy rằng thân này chỉ do sắc (*rūpa*) và danh *(nāma)* tạo thành; không có một thực thể sống trong đó, chỉ hai yếu tố: đối tượng vật chất và tâm biết cùng hiện hữu. Trí này xuất hiện không qua sự tưởng tượng, mà như thể nó hiện bày trong lòng bàn tay; vì vậy nó cũng được mô tả như con mắt (nhãn), nghĩa là như thấy bằng con mắt vậy.

Khi định lực tăng thêm sự hiểu biết sẽ phát sanh giúp hành giả nhận ra rằng có cái thấy là vì có con mắt và cảnh sắc hay đối tượng được thấy; có cái nghe là vì có tai và âm

thanh, có sự co (tay, chân…) vì có ước muốn co, duỗi vì có ước muốn duỗi, di chuyển vì có ước muốn di chuyển: có thích là vì vô minh không hiểu biết về thực tại *(không biết thực tại là gì)*, có ái, thủ là vì có thích; và ái thúc đẩy hành động *(tạo nghiệp)*, và nghiệp làm phát sanh quả lợi ích hay quả bất lợi.

Rồi khi định lực tăng trưởng thêm nữa, nó sẽ thấy một cách sống động rằng đối tượng của sự hay biết và hành động ghi nhận nó luôn luôn sanh và diệt, sanh và diệt, như thể (được thấy) dưới con mắt của hành giả vậy. Như vậy người hành thiền sẽ tự mình biết rõ được rằng không có gì thường hằng cả, mọi sự mọi vật đều bất toại nguyện, khổ và rằng chỉ có những hiện tượng không kiểm soát được, không kiềm chế được, trôi chảy ngoài ra không có bất kỳ một cá nhân hay thực thể ***tôi*** nào.

Khi hành giả phát triển được đầy đủ trí hiểu biết về bản chất vô thường, khổ và vô ngã của các pháp, hành giả sẽ chứng ngộ Niết Bàn, sự diệt của tất cả các hành *(saṅkhāras)* danh và sắc, tất cả khổ, bằng Thánh Đạo Trí *(Ariya Magga Ñāṇa),* tạo thành thượng nhãn và thượng trí.

Như vậy, nếu người hành thiền cứ luôn luôn ghi nhận danh và sắc khi chúng sanh khởi hợp với tinh thần Kinh Niệm Xứ, họ trở nên tự tin rằng Bát Thánh Đạo đúng thời sẽ tạo ra nhãn và trí như đã tuyên bố trong bài kinh.

Điều rõ ràng là một kinh nghiệm trực tiếp của tự thân như vậy về sự thực (vô thường, khổ, vô ngã) tạo thành thắng

trí (tri kiến thù thắng) không thể có được chỉ bằng cách học hỏi Vi Diệu Pháp *(Abhidhamma)* và tư duy trên nội dung của nó. Thắng trí cũng sẽ không sanh do suy quán trên kinh điển đơn thuần. Tới một lúc nào đó, sự quán tưởng bị quên lãng, thậm chí kinh điển cũng sẽ biến mất khỏi ký ức, bởi vì nó chỉ là kiến thức bề mặt có được do sự luyện tập của trí năng, chứ không phải do tự chứng.

TRÍ THÂM SÂU HƠN NHỜ THỰC HÀNH

Nếu Đạo được thực hành để có được kinh nghiệm trực tiếp của tự thân, thì thông thường trí được thâm sâu thêm khi thời gian qua đi. Có lần Tôn-giả Ānandā đến thăm trú xứ của các vị Tỳ-kheo Ni, tại đó các vị ni đã thuật lại cho Tôn-giả biết rằng họ luôn trú trong việc thực hành Tứ Niệm Xứ và rằng trí về Pháp của họ được thâm sâu hơn khi thời gian qua đi. Tôn-giả Ānandā đồng ý và nói, *"Điều này thường thường là vậy."*

Sau đó, khi Tôn-giả Ānandā trình bày lại sự việc với Đức Thế Tôn, Đức Thế Tôn nói, *"Thực sự là vậy, này Ānandā, nếu bất kỳ vị Tỳ-kheo hay Tỳ-kheo Ni nào trú trong việc thực hành Tứ Niệm Xứ, thì có thể tin chắc rằng họ sẽ càng ngày càng hiểu biết Tứ Thánh Đế thâm sâu hơn trước."*

GIẢI THÍCH CỦA CHÚ GIẢI

Chú giải giải thích rằng trí trước có được liên quan đến sự phân biệt sắc Tứ Đại, trong khi trí nâng cao sau đó phát sanh từ sự phân biệt các sắc y đại sanh *(upādā rūpa)*.

Tương tự, trí về tất cả Sắc *(rūpa)* được theo sau bởi sự quán và phân biệt Danh (nāma). Cũng vậy, trí về rūpa (sắc) và nāma (danh) được theo sau bởi sự phân biệt các nhân của chúng.

Trí về nhân, làm phát sanh Sắc và Danh, được theo sau bởi sự phân biệt ba đặc tính vô thường, khổ, và vô ngã.

Như vậy trí sanh trước dẫn đến Thánh trí sanh sau. Trong pháp hành Niệm Thân *(Kāyānupassanā)* theo Kinh Sotāpanna *(Sotāpanna Sutta)*, hành giả bắt đầu với việc ghi nhận các sắc trong tiến trình đi, đứng, nằm, ngồi, chuyển động co, duỗi…. Điều này có nghĩa là ghi nhận các đặc tính: đẩy, duỗi, và chuyển động…của phong đại *(Vāyo)*. Chỉ sau khi hiểu rõ tính chất của của các đại chủng (tứ đại), hành giả mới có thể phân biệt được những hoạt động của sắc y đại sanh như mắt, cảnh sắc, tai, tiếng,…bằng cách ghi nhận: thấy, nghe…Sau khi đã thành thạo tính chất của tất cả sắc, sự chú ý lúc đó mới chuyển sang sự sanh của tâm và các tâm hành. Theo cách này, thắng trí sẽ xuất hiện theo trình tự từng bước một.

BẮT ĐẦU TỪ BẤT KỲ BƯỚC NÀO THEO NHỮNG ĐỊNH NGHĨA CỦA KINH

Sau khi đã học và biết được những định nghĩa và mô tả về Sắc, Danh,…từ Abhidhamma *(Vi-diệu-pháp)*, hành giả có thể bắt đầu từ sắc y đại sanh *(upāda)* thay vì từ những sắc căn bản (tứ đại). Hành giả cũng có thể bắt đầu với Danh trước khi quán Sắc. Hay bỏ qua một bên Danh và Sắc, hành giả có thể bắt đầu suy xét các Nhân và Quả theo Pháp Duyên Sanh hay quán hiện tượng sanh và diệt; hay quán các đặc tính vô thường, khổ và vô ngã?

Có số người nói rằng bắt đầu với trí phân biệt danh và sắc *(nāmarūpapariccheda ñaṇa)* là một tiến trình tu chậm (tiệm tu). Sẽ là nhanh hơn nếu bắt đầu với việc chánh niệm trên sự sanh và diệt liên tục của Danh và Sắc *(udayabbhaya ñaṇa*-trí quán sự sanh và diệt), và sự diệt của Danh Sắc (*bhanga ñaṇa* - trí quán sự diệt). Thậm chí họ còn nói họ thích pháp môn tu nhanh hơn.

Nhưng học hỏi Danh và Sắc với những định nghĩa và mô tả về chúng từ kinh điển rồi bắt đầu quán chúng, khởi sự từ bất cứ chỗ nào người ta thích, sẽ không làm phát sanh Tuệ minh sát đích thực. Vì vậy, sự sanh khởi của trí sau thù thắng hơn trí trước, hợp theo Lời Dạy của Đức Phật, không thể kinh nghiệm bằng cách này. Cũng giống như một học nhân cố gắng gia tăng khả năng nhớ những bài mà mình đã học bằng cách đọc đi đọc lại như một con vẹt như thế nào, thì ở đây người thực hành như thế cũng sẽ chỉ giúp họ nhớ được những định nghĩa và mô tả về Danh và Sắc mà thôi. Sẽ

không có tuệ giác đặc biệt nào phát sanh từ sự thực hành như vậy.

Theo sự hiểu biết của chúng tôi, ở một trung tâm thiền nổi tiếng nọ, người ta đã cố gắng đi qua các giai đoạn minh sát trí khác nhau, chỉ bằng cách hành theo từng giai đoạn như họ đã học từ kinh điển. Sau khi đạt đến giai đoạn Hành Xả Trí *(saṅkhārupekkha-ñāṇa)*, một loại trí có được do suy quán trên các hành của hiện hữu, đã gặp phải khó khăn khi họ đến các giai đoạn Thuận Thứ *(Anuloma)*, Chuyển Tộc *(Gotrabhū)*, và Thánh Đạo *(Magga Ñāṇa)* Thánh Quả Trí *(Phala Ñāṇa)*. Vì thế họ phải quay trở lại từ đầu. Đây là một trường hợp cho thấy rằng không thể đắc chứng cácTuệ Minh Sát theo con đường tắt.

Nhờ hành thiền hợp theo Kinh Niệm Xứ *(Satipatthāna Sutta)* và tu tập đúng Trung Đạo hay Bát Thánh Đạo, người ta chắc chắn sẽ kinh nghiệm được thắng trí mỗi lần mỗi cao hơn mỗi trí trước như Kinh Chuyển Pháp Luân nói: Nhãn sanh, trí sanh.

NHỮNG PHIỀN NÃO (KILESA) ĐƯỢC LẮNG YÊN

Trung Đạo cũng dẫn đến sự lắng yên, hay tịnh chỉ của các phiền não *(kilesa)*. Nơi một người tu tập Bát Thánh Đạo,

các phiền não luôn luôn lắng yên. Minh Sát Trí tạo ra sự lắng yên tạm thời của các phiền não, trong khi Thánh Đạo tạo ra một sự huỷ diệt hoàn toàn của chúng.

Đắm mê trong các dục lạc thì hoàn toàn không đưa đến sự diệt của phiền não. Đúng hơn, nó giúp cho các phiền não ngày càng phát triển nhiều hơn. Một khi người ta đã đầu hàng trước sự cám dỗ để hưởng thụ các dục lạc, họ sẽ không bao giờ ngừng lại được trước sự đòi hỏi hưởng thụ này. Có được một dục trần họ lại càng muốn có nhiều hơn. Vì vậy càng ngày họ càng phát triển thêm nhiều tham ái, không bao giờ dừng lại.

Bạn chỉ cần lấy những người giàu có ở các nước phát triển làm ví dụ. Họ có tất cả mọi thứ họ cần, song họ không bao giờ biết thoả mãn. Lòng tham muốn của họ không có chỗ tận cùng. Do đó, một điều hiển nhiên rằng pháp hành đắm mê các dục lạc không thúc đẩy sự diệt của các phiền não. Nó chỉ khiến cho chúng tăng trưởng thêm mà thôi.

Pháp hành khổ hạnh cũng vậy, không hướng tới sự chấm dứt của các phiền não. Những người thực hành theo phương pháp này có thể chấp giữ niềm tin rằng phơi mình ngoài trời cực lạnh, cực nóng, và nhịn ăn nghiêm ngặt sẽ đưa đến sự diệt trừ các phiền não. Thực sự, do hậu quả của những pháp hành cực đoan ấy, sức sống của họ đã bị giảm đi, trong khi các phiền não chỉ được kiểm soát một cách tạm thời. Khi lâm bạo bệnh hay phải chịu những chứng bệnh đau đớn, thể lực suy sụp, những phiền não giữ trong trạng thái

ngủ ngầm. Nhưng sau cơn bệnh, khi đã lấy lại sức khoẻ bình thường, những tham muốn hưởng dục xuất hiện trở lại như cũ, và có khi còn mãnh liệt hơn trước.

Như vậy sau khi hết hành khổ hạnh, hay ngưng hành trong một thời gian, khi mà sinh lực phục hồi, các phiền não sẽ trở lại như trước. Ngay cả khi đang hành khổ hạnh, mặc dù những phiền não thô bị đè nén, những phiền não vi tế vẫn tiếp tục sanh, trong đó có cả ước muốn được sống thoải mái thoát khỏi những khó chịu và đau đớn của pháp hành *(khổ hạnh)*. Và chắc chắn những phiền não tà kiến về tự ngã (ngã kiến): *"Ta đang hành"*, mạn kiến: *"Không ai có thể hành được pháp hành này,"* hoặc tà kiến tin rằng *"pháp hành này sẽ đến giải thoát"* cũng sẽ sanh.

TÀ KIẾN TRONG PHÁP HÀNH (SILABBATAPARAAMSA DIỊTỊHI)

Chấp một pháp hành sai cho là đúng gọi là tà kiến trong pháp hành (*sīlabbataparāmāsa*-thường dịch Giới Cấm Thủ). Theo lời dạy của Đức Phật, ngoài Bát Thánh Đạo, đưa đến sự phát triển của giới, định và tuệ ra, tất cả những pháp hành khác đều là những pháp hành sai lạc và nếu xem chúng như pháp hành đúng thì đó có nghĩa là tà kiến trong pháp hành (giới cấm thủ).

Không thấy được Chân Lý,
Bỏ qua Bát Thánh Đạo,

Mong hạnh phúc trường cửu,
Đây gọi là tà kiến (trong pháp hành).

Mọi sự mọi vật xuất hiện ở sáu cửa giác quan tạo thành Năm Thủ Uẩn, đó là Sắc *(rūpa)* và Danh *(nāma)*, hay Khổ Đế *(Chân lý về khổ)*. Hành thiền trên Sắc và Danh này là đang thực hành Đạo Lộ *(Bát Chánh Đạo)* qua đó tuệ tri Tứ Thánh Đế. Tin và thực hành bất cứ pháp môn nào khác, bỏ qua Thánh Đạo và không dẫn đến sự hiểu biết về Tứ Thánh Đế, là tà kiến trong pháp hành *(sīlabbata parāmāsa diṭṭhi)*.

Có những người dạy rằng *"Không cần thiết phải hành thiền và giữ giới gì cả. Chỉ cần nghe pháp và học thuộc lòng bản chất của Danh và Sắc là đủ rồi."* Những quan niệm như vậy nhất thiết phải xét lại xem có phải là sīlabbata parāmāsa diṭṭhi (tà kiến trong pháp hành) hay không. Theo ý kiến của tôi, giảng dạy như vậy là đang dạy tà kiến trong pháp hành vì phương pháp này đã loại trừ tam học — giới, định, và tuệ.

Một bậc Thánh Nhập Lưu *(Sotāpanna)* đã an lập trong trí (hiểu biết) về pháp hành minh sát đúng không thể nào còn chấp giữ tà kiến trong pháp hành hay giới cấm thủ *(sīlabbata parāmāsa)*. Trong các kiếp sống tương lai, vị ấy không còn mối nguy phải rơi vào tà kiến này nữa. Đây gọi là làm lắng yên phiền não nhờ Thánh Đạo.

DIỆT TẠM THỜI

Khi một dục trần (*ārammanā*, đối tượng hay cảnh) được quán và ghi nhận như vô thường, khổ, vô ngã, các phiền não của tâm phát sanh do lầm chấp chúng như thường, lạc, ngã, tịnh sẽ không có cơ hội phát sanh. Điều này có nghĩa là các phiền não bị diệt tạm thời, cũng như ánh sáng xua tan bóng tối bằng tính chất đối nghịch hỗ tương, như trong Thanh Tịnh Đạo đã giải thích vậy.

Đây là cách các phiền não, ngủ ngầm trong đối tượng *(ārammānusaya)* lẽ ra đã sanh nếu không ghi nhận, được loại trừ bằng sát-na minh sát. Người có trí nên suy xét kỹ về điều này vốn được nêu ra trong Thanh Tịnh Đạo.

Nếu, theo như một số người chấp, quán trí có được chỉ do đơn thuần học *(Suta-maya-Ñāṇa)* đưa đến Minh Sát *(Vipassanā),* câu hỏi sẽ phát sanh là phiền não ngủ ngầm trong đối tượng nào được đoạn trừ bằng Minh Sát trí ấy. Sẽ khó mà trả lời được câu hỏi này nếu thiếu đi một đối tượng xác định của sự hay biết.

Đối với người hành thiền, thực hành theo phương pháp Tứ Niệm Xứ, quan sát Danh và Sắc trong tiến trình hình thành của chúng, họ có những đối tượng xác định của sự hay biết để ghi nhận. Tất nhiên cũng có những đối tượng của sự hay biết thoát khỏi sự ghi nhận của người ấy (do không ghi nhận kịp hay thất niệm). Như vậy người ấy có thể trừ diệt được những phiền não ngủ ngầm trong đối tượng mà mình ghi nhận, trong khi những phiền não ngủ ngầm trong

đối tượng mà người ấy không ghi nhận, vẫn không được diệt trừ. Câu trả lời rất đơn giản như vậy thôi.

Sau khi diệt trừ tạm thời những phiền não ngủ ngầm trong đối tượng mình ghi nhận, trong hành giả vẫn còn những phiền não tuỳ miên chỉ được đoạn trừ bằng Thánh Đạo *(Ariya Magga).* Như vậy, bậc Thánh Nhập Lưu *(Sotāpanna)* đã đạt đến giai đoạn ở đây vị ấy đoạn trừ được thân kiến *(sakkāya diṭṭhi),* hoài nghi *(vicikicchā),* và giới cấm thủ (tà kiến trong pháp hành - sīlabbata), cũng như tất cả những phiền não nào có thể khiến cho vị ấy phải tái sanh trong khổ cảnh. Đối với vị Thánh Nhất Lai (sakadāgāmi), tất cả những hình thức thô của tham dục và sân được đoạn trừ. Vị Thánh Bất Lai *(Anāgāmi)* thoát khỏi những hình thức tham và sân vi tế hơn trong khi vị Thánh A-la-hán hoàn toàn giải thoát khỏi mọi hình thức của phiền não.

Theo cách này Minh Sát Đạo *(Vipassanā Magga)* và Thánh Đạo *(Ariya Magga)* có khả năng diệt tạm thời các phiền não hoặc nhổ bật gốc chúng vĩnh viễn. Do đó, khi Đức Thế Tôn nói rằng Trung Đạo dẫn đến sự lắng yên, và tịnh chỉ *(Upasamāya saṃvattati)* của các phiền não ý ngài muốn nói tới sự kiện này vậy.

SỰ SANH KHỞI CỦA THẮNG TRÍ[2]

Trung Đạo cũng đưa đến sự sanh khởi của thắng trí (*Abhiññāya Saṃvattati* , 全面 知-Toàn Diện Trí). *Abhiññāya* hơi giống như nhãn và trí nhưng hiệu quả của nó rõ rệt hơn; vì vậy nó được đề cập riêng. Tứ Thánh Đế được tuệ tri bằng thắng trí này là do kết quả của Minh Sát Đạo và Thánh Đạo. Minh Sát Đạo phát triển trước giúp cho Minh Sát Trí *(Vipassanā Ñāṇa)* phát triển sau đó tuệ tri Tứ Thánh Đế. Thực sự ra, chỉ Khổ Đế hay Thủ Uẩn *(upādānakkhandhā)* được ghi nhận trong tiến trình thiền có liên quan ở đây.

Danh và Sắc hay khổ đế được thấy như vô thường, khổ hoặc vô ngã trong thiền minh sát. Mỗi lần chúng được thấy như vậy ái và thủ không có cơ hội xuất hiện. Và do đó có sự giải thoát khỏi ái và thủ. Đây gọi là *Pahānabhisamāya* (捨斷現觀, xả đoạn hiện quán, hay thể nhập đoạn trừ), thể nhập nhân sanh khổ (tập đế) bằng sự đoạn trừ, chứ không phải bằng sự chứng ngộ. Mỗi lần Danh và Sắc trở thành cái bị biết hay trở thành đối tượng của chánh niệm, người hành thiền thoát khỏi vô minh *(avijjā)*, vốn có thể dẫn vị ấy đi vào tà đạo. Do thoát khỏi vô minh, vị ấy thoát khỏi cái khổ của hành *(saṇkhāra)* và thức *(viññāna)*. Đây là sự diệt tạm thời của

---

[2] abhiññā: Higher knowledge, transcendent or supernatural knowledge or faculty, Diệu Trí, Thắng Trí, Thần Thông, hay Trí Siêu Thế. Hán Dịch Toàn Diện Tri, 全面 知, cái biết toàn diện.

khổ, tadanga nirodha sacca. Sự diệt tạm thời của khổ này được chứng ngộ bằng thiền minh sát ở mỗi sát-na ghi nhận, chứ không phải như đối tượng quán của nó.

Mỗi hành động hay biết (chánh niệm) phát triển Minh Sát Đạo được dẫn đầu bởi Chánh Kiến. Đây gọi là bhāvanabhisamaya (*bhāvanabhisamaya*: 修習現觀, Tu Tập Hiện Quán), tuệ tri Khổ Đế Minh Sát bằng sự tu tập hay phát triển nó trong tự thân. Mặc dù trí này được thành tựu không phải do quán ở sát na ghi nhận, mà do đã được phát triển trước trong tự thân, nó vẫn có thể được nhận thức rõ qua sự suy quán. Tuệ tri Khổ Đế, do ghi nhận hiện tượng Danh Sắc cũng dẫn đến trí (hiểu biết) về ba đế còn lại cùng một lúc. Đây là sự tuệ tri tứ đế bằng minh sát trí đặc biệt. Vì thế Trung Đạo được nói là tạo ra thắng trí về tứ đế, abhiññā.

Hơn nữa, Trung Đạo cũng còn làm cho Thánh Đạo Trí *(Ariya Magga Ñāṇa)* đặc biệt khởi sanh. Khi Minh Sát Trí đạt đến sự thành thục, Niết Bàn sẽ được chứng ngộ, và các Thánh Đạo phát triển. Lúc đó tứ đế vốn phải được tuệ tri bằng Thánh Đạo Trí sẽ được Thánh Đạo Trí tuệ tri. Vì lý do này Trung Đạo cũng được bảo là làm phát sanh Siêu Thế Trí.

TUỆ THỂ NHẬP

Trung Đạo cũng còn dẫn đến Tuệ Thể Nhập *(Sambodhāya Saṃvattati).* Thắng Trí *(Abhiññā)* có nghĩa là trí biết toàn diện về Minh Sát Trí và Thánh Đạo Trí, vốn chưa được

phát triển trước đây, còn Sambodha nói đến tuệ thể nhập. Cũng như những vật dấu sau bức màn hay tường sẽ được thấy khi phá bỏ những chướng ngại vật này đi. Tứ Thánh Đế cũng vậy, bị che dấu đằng sau vô minh sẽ hiển lộ khi vô minh bị phá trừ. Nhờ tu tập Bát Thánh Đạo qua việc hành thiền, những Chân Lý (Đế) vốn chưa được biết đến trước đây trở nên rõ rệt trước Minh Sát Trí và Thánh Đạo Trí. Do đó tuệ thể nhập chọc thủng vô minh và tuệ tri Tứ Thánh Đế.

Như vậy, hoàn toàn hiển nhiên rằng những pháp hành cực đoan - đắm chìm trong các dục lạc và khổ hạnh, không thể làm phát sanh thắng trí cũng không thể làm cho tuệ thể nhập khởi lên.

CHỨNG NGỘ NIẾT-BÀN

Cuối cùng, Trung Đạo, hay Bát Thánh Đạo dẫn đến sự chứng ngộ Niết-Bàn *(Nibbānayasaṃvattati)*. Ở đây, thể nhập Tứ Thánh Đế bằng A-la-hán Thánh Đạo Trí *(Arahatta Magga Ñāṇa)* có nghĩa là chứng ngộ Niết-Bàn. Nhưng vì Niết-Bàn là mục tiêu cuối cùng và cao quý nhất của những người hiến mình cho sự giải thoát khỏi vòng luân hồi khổ nên nó được Đức Thế Tôn đề cập trở lại như một sự chứng đắc riêng vậy thôi.

Nhờ tu tập Bát Thánh Đạo mà người hành thiền đạt đến sự thể nhập Tứ Thánh Đế bằng A-la-hán Thánh Đạo, cuối cùng chứng ngộ Niết-Bàn qua A-la-hán Thánh Quả. Và,

sau khi đã đắc chứng Niết-Bàn, sát-na tâm cuối cùng của Bát-Niết-Bàn *(Parinibbāna)* sẽ không còn dẫn đến một hiện hữu mới cho những hình thức mới của danh và sắc nữa. Đó là sự diệt của tất cả khổ. Như vậy, theo cách này Bát Thánh Đạo dẫn đến sự chứng ngộ Niết-Bàn, sự diệt hoàn toàn của tất cả khổ.

Có thể tóm tắt những lợi ích sẽ pháp sanh từ việc thực hành Trung Đao như sau:

1. *Tránh được các dục lạc.*
2. *Tránh được khổ hạnh.*
3. *Tránh được cả hai cực đoan được xem là tà đạo này.*
4. *Trung đạo là đạo lộ chân chánh.*
5. *Đi theo đạo lộ chân chánh này, Tuệ Giác sẽ được phát triển và chứng ngộ Niết-Bàn.*

Những lợi ích phát sanh từ việc thực hành theo Trung Đạo đã được chúng tôi giải thích tận tường trên mọi khía cạnh. Có thể nói những lợi ích ấy tiêu biểu cho mục đích cao cả nhất mà những người hiến mình cho sự giải thoát khỏi những thống khổ của vòng luân hồi nhắm đến. Không còn cần thêm gì nữa.

Bây giờ chỉ còn vấn đề là những gì tạo thành Trung Đạo. Để giải thích Đạo Lộ này, Đức Thế Tôn bắt đầu với một câu hỏi được xem phù hợp với cách dùng truyền thống thời đó.

'Katamā ca sā, bhikkhave, majjhimā paṭipadā Tathāgatena abhisambuddhā - Cakkhukaraṇī Ñāṇakaraṇī upasamāya abhiññāya sambodhāya nibbānāya saṃvattati?'

(Thế nào là con đường Trung đạo, này các Tỷ-kheo, do Như Lai chánh giác, tác thành mắt, tác thành trí, đưa đến an tịnh, thắng trí, giác ngộ, Niết-bàn?)

Câu trả lời cũng được chính Đức Thế Tôn đưa ra;

Ayameva ariyo aṭṭhaṅgiko maggo, seyyathidaṃ – sammādiṭṭhi sammāsaṅkappo sammāvācā sammākammanto sammāājīvo sammāvāyāmo sammāsati sammāsamādhi.

(Chính là con đường Thánh Tám ngành, tức là: chánh tri kiến, chánh tư duy, chánh ngữ, chánh nghiệp, chánh mạng, chánh tinh tấn, chánh niệm, chánh định.)

Đức Thế Tôn đã chỉ cho thấy Đạo Lộ, như chỉ ngón tay vào những vật có thể thấy được hay vào những vật đang nắm giữ trong bàn tay của ngài. Bát Thánh Đạo chỉ có vậy, đó là:

Sammā Diṭṭhi	Chánh Kiến
Sammā Sankappa	Chánh Tư Duy
Sammā Vācā	Chánh Ngữ
Sammā Kammanta	Chánh Nghiệp
Sammā ājīva	Chánh Mạng
Sammā Vāyama	Chánh Tinh Tấn
Sammā Sati	Chánh Niệm
Sammā Samādhi	Chánh Định

Đây là Bát Thánh Đạo, hay Trung Đạo, mà khi được Như Lai giác ngộ đã tạo ra con mắt (tuệ nhãn), tạo ra trí và dẫn đến an tịnh; thắng trí, tuệ thể nhập, Niết-bàn.

Ở phần sau chúng tôi sẽ giải thích tỉ mỉ Bát Thánh Đạo này. Hy vọng rằng, nhờ chú tâm theo dõi bài Kinh Chuyển Pháp Luân này với lòng thành kính, quý vị có thể tránh được tà đạo, đó là hai pháp hành cực đoan, và đi theo Bát Chánh Đạo, nhờ đó có được con mắt và thắng trí dẫn đến sự chứng ngộ Niết-bàn, chấm dứt mọi khổ đau.

Hết Phần II

ĐẠI KINH CHUYỂN PHÁP LUÂN
PHẦN III

TƯỜNG GIẢI VỀ BÁT THÁNH ĐẠO

Ở phần trước chúng tôi chỉ nêu lên những đầu đề của Trung Đạo, hay còn được gọi là Bát Thánh Đạo. Bây giờ chúng tôi sẽ giải thích tận tường chúng.

Bát Thánh Đạo có thể được tóm tắt trong ba nhóm, đó là giới *(sīla)*, định *(samādhi)*, và tuệ *(paññā)*. Chánh Ngữ, Chánh Nghiệp, và Chánh Mạng tạo thành nhóm giới hay giới uẩn hoặc giới đạo *(Sīla Magga)*. Khi thực hành Chánh Ngữ, Chánh Nghiệp, và Chánh Mạng, giới đạo được thiết lập. Định đạo gồm Chánh Tinh Tấn, Chánh Niệm, và Chánh Định. Nhờ thực hành chúng chi đạo định *(samādhi maggaṅga)* được thiết lập. Chánh Kiến và Chánh Tư Duy thuộc chi đạo tuệ *(paññā maggaṅga)*. Tu tập Chánh Kiến và Chánh Tư Duy sẽ đưa đến các Minh Sát Tuệ *(Vipassanā Paññā)*, Đạo Tuệ *(Magga Paññā),* và Quả Tuệ *(Phala Paññā),* những trí thuộc đạo và quả siêu thế. Đên đây, chúng tôi sẽ mô tả chi tiết mỗi trong ba đạo này, nhấn mạnh đến những phương diện thực hành của chúng.

CHÁNH NGỮ ĐẠO

Này các Tỷ kheo thế nào là Chánh ngữ? Đó là không nói dối, không nói hai lưỡi, không nói lời thô lỗ, không nói lời phù phiếm. Này các Tỷ kheo, như vậy gọi là Chánh ngữ.

Trong định nghĩa mà Đức Phật đưa ra này, tự chế hay tránh những lời nói trên tạo thành Chánh Ngữ. Như vậy, cần lưu ý rằng, ngay cả khi cơ hội phát sanh cho một người phải thốt ra lời nói dối, nói hai lưỡi, nói thô lỗ, nói lời phù phiếm, nếu họ tự chế không làm như vậy, thời họ đang an lập trong việc thực hành Chánh Ngữ. Trong thực tế, Chánh Ngữ là *Sammāvācā Virati (Chánh Ngữ Tiết Chế)*, một trong 52 tâm sở, thuộc nhóm tiết chế. Nhưng khi một người tránh nói dối…họ không chỉ tránh thôi mà còn phải nói những lời có tính cách chính xác, đúng sự thật, những lời hoà nhã và lợi ích, thúc đẩy sự hoà hợp. Điểm chính yếu cần hiểu ở đây, tránh nói dối,…có nghĩa là đang tạo thiện nghiệp giữ giới. Khi một người thọ trì ngũ giới, bát giới hay thập giới, và phát nguyện tránh nói dối, thì đồng thời họ cũng phải tránh luôn ba khẩu hành ác của nói lời chia rẽ, nói lời thô lỗ, và nói chuyện phù phiếm vô ích nữa.

Ngoài ra, khi một người thấy, nghe, ngửi, nếm, xúc chạm hay suy nghĩ, nếu họ quán được bản chất vô thường, khổ và vô ngã liên quan đến những đối tượng này, không phiền não nào có thể khởi lên để khiến cho họ phải nói ra

những lời tà ngữ. Điều này có nghĩa là họ đã diệt tạm thời phiền não ngủ ngầm trong tà ngữ bằng vipassana (thiền minh sát).

Khi minh sát trí *(Vipassanā Ñāṇa)* phát triển đầy đủ, Niết-Bàn sẽ được chứng ngộ qua Thánh Đạo Trí, trí thuộc về Siêu Thế Đạo. Khi điều này xảy ra, tà ngữ sẽ bị diệt hoàn toàn bằng *sammāvācā virati* (chánh ngữ tiết chế) của Siêu Thế Đạo. Vì thế, Chú Giải Thanh Tịnh Đạo nói rằng Nhập Lưu đạo, Thánh Đạo Đầu Tiên, xua tan tà ngữ; Bất Lai đạo, Thánh Đạo Thứ Ba, xua tan ly gián ngữ và thô ngữ. Ở đây, bằng từ 'lời nói' hay 'ngữ' chú giải muốn nói tới sự cố ý hay tư tâm sở (vì mặc dù người ta có thể nói ra lời thô ngữ nhưng không có sự cố ý hay tư đi kèm). A-la-hán đạo, Thánh Đạo Thứ Tư, xua tan những lời nói phù phiếm hay vô ích ngữ. (Tuy nhiên điều cần hiểu ở đây là đối với bậc Thánh Nhập Lưu, bốn loại lời nói: nói dối, nói ly gián, nói lời thô lỗ, và nói lời phù phiếm nào khiến phải tái sanh trong các cõi khổ *(apāyagamaniya pisu, pharu, sampha)* đã được đoạn trừ bằng Thánh Đạo Thứ Nhất). Do đó, chánh ngữ Đạo *(sammāvācā magga)* phải được thực hành cho tới khi đã an lập hoàn toàn trong cả Bốn Siêu Thế Đạo. Tóm lại: Nói dối, nói lời ly gián, nói lời thô lỗ, nói lời phù phiếm là đắm chìm trong tà ngữ. Ngược lại, tránh tà ngữ là chánh ngữ.

CHÁNH NGHIỆP ĐẠO

Này các Tỷ kheo, thế nào là Chánh nghiệp? Đó là không sát sanh, không trộm cướp, không tà dâm. Này các Tỷ kheo, tránh ba thân hành ác đã nói gọi là Chánh nghiệp.

Ở đây cũng vậy, trong định nghĩa về Chánh Nghiệp mà Đức Phật đưa ra, tránh ba thân hành ác tạo thành Chánh Nghiệp. Như vậy, ngay cả khi cơ hội phát sanh cho một người để phạm sát sanh, trộm cắp, tà dâm, nếu họ tự chế không phạm vào chúng, kể như họ đang an lập trong việc thực hành Chánh Nghiệp. Chẳng hạn, chỉ xua đuổi chứ không giết con muỗi đang cắn bạn gọi là Chánh Nghiệp. Đối với việc trộm cắp và tà dâm cũng cần được hiểu theo cách tương tự.

Về những gì tạo thành hành động tà dâm cũng cần có thêm một sự giaỉ thích ở đây. Có hai mươi loại người nữ mà không một người nam nào được hành dâm. Người nam nào hành dâm với những người nữ đang ở dưới sự bảo hộ của cha, mẹ, anh, chị, thân quyến, các vị trưởng tộc, và bạn đồng tu hay một người nữ đã có chồng, đã đính hôn, là phạm vào ác nghiệp tà dâm. Tránh những ác hạnh này là Chánh Nghiệp. Tóm lại: Sát sanh, trộm cắp, tà dâm là tà nghiệp. Tránh những ác hạnh này là Chánh Nghiệp

Chánh Nghiệp Đạo được tu tập bằng cách giữ giới. Nó cũng được tu tập bằng cách hành thiền Minh Sát cho đến khi bốn Thánh Đạo được thiết lập đầy đủ.

CHÁNH MẠNG ĐẠO

Phạm ba hành ác bằng thân *(sát, đạo, dâm)* và bốn hành ác bằng lời nói *(nói láo, ly gián, ác ngữ, phù phiếm)* để kiếm sống tạo thành Tà Mạng. Tránh những ác hạnh này trong sự nuôi mạng là đang hành theo Chánh Mạng Đạo.

"Này các Tỷ kheo, thế nào là Chánh Mạng? Này các Tỷ kheo, ở đây vị Thánh đệ tử từ bỏ tà mạng, sinh sống bằng chánh mạng. Này các Tỷ kheo, như vậy gọi là Chánh mạng."

Tà mạng là kiếm sống bằng những phương tiện bất chánh, phi pháp như sát sanh và trộm cắp... Ba thân hành ác và bốn khẩu hành ác chỉ là Tà Nghiệp và Tà Ngữ khi chúng không liên quan đến việc kiếm sống của một người. Chúng không tạo thành Tà Mạng. Như vậy, đối với trường hợp giết ruồi, muỗi, sâu bọ, rắn rít hay kẻ thù vì tức giận hay sân hận, thì đó chỉ là một thân hành ác, một tà nghiệp chứ không phải Tà Mạng. Còn giết những con vật như chim, gà, lợn, bò, dê, hay cá cho thị trường tiêu thụ hay giết để làm thức ăn cho mình khoát tạo thành Tà Mạng.

Nói chung, trộm cắp do kinh tế thúc đẩy được xếp vào loại tà mạng. Tuy nhiên, khi lý do không phải vì kinh tế mà vì trả thù hay thói quen, những hành động này chỉ tạo thành tà nghiệp mà thôi. Tà dâm thường không liên quan đến sự nuôi mạng, nhưng dụ dỗ phụ nữ và cố tình làm cho họ hư

hỏng để phục vụ trong việc mua bán xác thịt (mại dâm) thì lẽ đương nhiên là Tà Mạng.

Nói dối chỉ là tà ngữ khi không bị thúc đẩy bởi những lý do kinh tế; nhưng khi nói dối được dùng trong những giao dịch mua bán hay trong toà án để trục lợi, thì nó là Tà Mạng. Tương tự nói ly gián, không vì lý do kinh tế, là Tà Ngữ. Nhưng, ngày nay những lời buộc tội giả dối hay những nhận xét có tính cách buộc tội là những phương pháp thường được người ta dùng để làm mất uy tín lẫn nhau và trong hầu hết những công việc mua bán, trong trường hợp này chúng có thể được xem như Tà Mạng. Những ngôn từ thô lỗ hay sỉ vả hiếm được dùng trong những giao dịch mua bán và vì thế chúng thường chỉ là Tà Ngữ. Phần lớn những loại tiểu thuyết, truyện, kịch nghệ, phim ảnh hiện đại có thể được xem như những phương tiện của Tà Mạng. Những cách kiếm sống tà vạy (bằng sát sanh, trộm cắp, và nói dối) như vậy là những hành động làm mất đi những nguyên tắc đạo đức mà con người chánh trực giữ gìn.

LÀM GIÀU BẰNG NHỮNG PHƯƠNG TIỆN BẤT CHÁNH LÀ TÀ MẠNG

Người đã thọ trì ngũ giới phải tránh bảy cách nuôi mạng bất thiện kể trên. Trong Kinh Ajivatthamaka (Hoạt Mạng Đệ Bát Kinh), tránh tà mạng được kể như một giới trong tám giới. Như vậy tránh những phương tiện làm ăn bất

chánh và sinh sống hợp với những nguyên tắc đạo đức của con người chánh trực tạo thành chánh mạng.

LÀM GIÀU HỢP VỚI THIỆN PHÁP LÀ CHÁNH MẠNG

Ở đây một lần nữa, giống như chánh ngữ và chánh nghiệp, chánh mạng cũng là một sự thực hành kiêng tránh, thuộc tiết chế tâm sở *(virati cetasika).* Do đó, tránh tà mạng chỉ được xem là chánh mạng mà thôi. Chánh mạng được phát triển bằng cách giữ giới. Nó cũng phải được tu tập bằng thiền Minh Sát cho đến khi chi phần Tiết Chế *(virati)* của Đạo được hoàn thành. Để có một sự thảo luận kỹ lưỡng hơn về chánh mạng, có thể tham khảo thêm bài kinh Đoạn Giảm *(Sallekha Sutta),* tập II do chúng tôi giảng giải.

Ba chi đạo chánh ngữ, chánh nghiệp và chánh mạng này thuộc về nhóm giới của bát thánh đạo. Bây giờ chúng tôi sẽ tiếp tục bàn về những chi đạo tạo thành nhóm định.

CHÁNH TINH TẤN ĐẠO

'Này các Tỷ kheo, thế nào là Chánh tinh tấn? Ở đây, trong Giáo Pháp này, vị Tỷ kheo, đối với các ác, bất thiện pháp chưa sanh, khởi lên ý muốn không cho sanh khởi; vị này nỗ lực, tinh tấn, quyết tâm, trì chí. Đối với các ác, bất thiện pháp đã sanh, khởi lên ý muốn trừ diệt, chiến thắng, vị này nỗ lực, tinh tấn, quyết tâm, trì chí. Đối với các thiện pháp chưa sanh, khởi lên ý muốn khiến cho sanh khởi; vị này nỗ lực, tinh tấn, quyết tâm, trì chí. Đối với các thiện pháp đã sanh, khởi lên ý muốn khiến cho an trú,

không cho băng hoại, khiến cho tăng trưởng, thành thục và đi đến sự phát triển (bhāvanā: tu tập) viên mãn. Vị này nỗ lực, tinh tấn, quyết tâm, trì chí. Này các Tỷ kheo, như vậy gọi là Chánh tinh tấn.' Sự cố gắng như vậy gọi là chánh tinh tấn, như đã được chính Đức Thế Tôn giải thích tường tận.

Những gì đoạn kinh trên muốn nói là như thế này: 1) Tinh tấn ngăn những bất thiện pháp chưa sanh không cho khởi sanh. Khi một người nhận biết, hay nghe hoặc thấy những người khác làm các ác hạnh sát sanh, trộm cắp, nói dối, họ phải cố gắng chế ngự những ác hạnh trên. Điều này cũng giống như cố gắng bảo vệ mình khỏi những chứng bệnh hay lây như bệnh cúm trong những trận dịch của chúng vậy. 2) Tinh tấn trừ diệt, chiến thắng những ác, bất thiện pháp đã sanh. Những bất thiện pháp này có hai loại: a) *Vītikkama akusala,* những bất thiện ở mức vi phạm, trách nhiệm cho những thân hành ác và lời nói ác như sát sanh, trộm cắp hay nói dối mà người ta có thể vi phạm và *pariyutthāna akusala,* những bất thiện ở mức bột khởi, làm phát sanh những ý nghĩ tham dục, sân hận….và b) *Anusaya akusala,* bất thiện ở mức ngủ ngầm, những bất thiện vẫn chưa thực sự sanh khởi, còn ngủ ngầm trong dòng tâm thức, và sẽ sanh khi có cơ hội.

Trong hai loại này bất thiện ở mức vi phạm được chế ngự hay diệt trừ bằng giới. Giữ giới kỹ lưỡng sẽ tự động diệt được những thân hành ác và lời nói ác phát sanh do *Vītikkama akusala* này. Những ý nghĩ ác của tham dục ở mức bột khởi

trong tâm *(pariyutthāna akusala)* được diệt trừ bằng thiền định và thiền minh sát.

Bất thiện ngủ ngầm *(anusaya akusala)* có thể bị diệt tạm thời bằng thiền minh sát. Song chỉ khi đạt đến thánh đạo, những phiền não ngủ ngầm này mới bị loại trừ hay bứng gốc hoàn toàn bằng thánh đạo trí *(ariya maggañāṇa).* Chính với quan niệm bứng gốc hoàn toàn những phiền não ngủ ngầm này mà thiền minh sát cần phải được thực hành. Đây là điểm rất vi tế và sâu xa, chỉ những người hành thiền minh sát một cách hiệu quả và đầy đủ mới có thể hiểu được. 3) Tinh tấn làm phát sanh những thiện pháp chưa sanh. Bố thí, trì giới, hành thiền định và thiền minh sát là những hình thức khác nhau của phước nghiệp sự. Chúng ta nên cố gắng hết sức mình để thực hiện những phước nghiệp sự vẫn chưa được hoàn thành này.

Có số người đã bóp méo lời dạy của Đức Phật bằng cách nói rằng thực hành những phước nghiệp sự này sẽ chỉ đưa đến kéo dài thêm vòng luân hồi *(saṃsāra)* mà thôi. Theo họ, thiện nghiệp *(kusala)* là hành *(saṅkhāra),* mà hành là do vô minh *(avijja)* tạo điều kiện hay làm duyên. Pháp duyên sanh nói rằng: *"saṅkhāra paccayā viññānā"* hành duyên thức (duyên hành có thức tái sanh khởi lên). Như vậy, thiện hành *(kusala saṅkhāra)* cũng sẽ khiến cho thức tái sanh khởi lên. Vì thế những hành động thiện cần phải từ bỏ. Một sự quyết đoán như vậy rõ ràng là mâu thuẫn với ý nghĩa đích thực của lời Đức Phật dạy, và cực kỳ lầm lẫn.

Thực sự, nếu bỏ những hành động thiện, người ta sẽ chỉ còn lại những hành động bất thiện không những sẽ kéo dài thêm vòng luân hồi mà chắc chắn sẽ còn đưa họ xuống bốn cõi thấp *(địa ngục, ngạ quỷ, súc sanh và A-tu-la).* Nhân đích thực của vòng luân hồi bất tận này là vô minh và tham ái. Những phiền não này chỉ có thể được đoạn trừ bằng các hành động thiện được thực hiện với mục đích đoạn trừ chính những phiền não ấy. Một thiện nghiệp có thể tạo ra tái sanh trong một cõi tốt lành *(thiện thú),* ở đây người ta được nghe Pháp và thực hành Pháp *(Dhamma)* để trở thành một bậc thánh *(Ariya),* và như vậy thoát khỏi những khổ đau của bốn cõi khổ và vòng luân hồi. Câu chuyện của vị Thiên tử Ếch có thể được dùng để minh hoạ cho điểm này. Thiên tử Ếch trong kiếp trước là một chú ếch tình cờ được nghe một bài pháp do Đức Thế Tôn giảng. Dù không hiểu được chữ nào trong bài pháp, nhưng chú ếch vẫn lắng nghe với tâm cung kính và vừa lòng, nhờ thiện nghiệp ấy, chú được tái sanh trong cõi chư thiên. Khi đã là một vị chư thiên chú lại có cơ hội nghe pháp của Đức Phật, và lần này chú đạt đến giai đoạn nhập lưu, trở thành Thánh Tu Đà Hoàn, nhờ nghe pháp ấy.

Vì thế tinh tấn phải được thực hiện để tạo ra những thiện pháp chưa sanh, đặc biệt những phước nghiệp sự đưa đến Thánh Đạo. Mỗi lần thực hiện được một sự tinh tấn như vậy, kể như bạn đã phát triển được Chánh Tinh Tấn Đạo. 4) Tinh tấn duy trì những thiện pháp đã sanh và phát triển chúng cho được thành thục và viên mãn. Điều này khá đơn

giản. Một hành giả ghi nhận mọi sự, mọi việc xảy ra ở sát-na thấy, nghe, xúc chạm, hay biết là thực sự họ đang hành tinh tấn ngăn ngừa, không cho những ác bất thiện pháp có cơ hội sanh khởi. Nó cũng có nghĩa là đang tinh tấn loại bỏ, đoạn trừ những ác bất thiện pháp đã sanh. Đồng thời hành giả cũng đang cố gắng để phát triển giai đoạn cao hơn của thiện nghiệp minh sát và Thánh Đạo đã sanh. Như vậy, mỗi lần hành giả ghi nhận từng hiện tượng khởi lên như một bài tập thiền minh sát, hành giả đang phát triển Chánh Tinh Tấn đạo hay tứ chánh cần. Điều này được tóm tắt như sau:

1. Tinh tấn ngăn những bất thiện pháp chưa sanh không cho khởi sanh.
2. Tinh tấn loại trừ những bất thiện pháp đã sanh.
3. Tinh tấn thúc đẩy hay tu tập, khiến cho những thiện pháp chưa sanh được sanh khởi.
4. Tinh tấn duy trì, phát triển và đưa đến sự hoàn thiện những thiện pháp đã sanh, đây gọi là tứ chánh cần *(sammappadhānas)*, hay bốn pháp tinh tấn lớn.

Mỗi lần bạn dự phần vào những thiện sự như bố thí, trì giới, và tu thiền, bạn đang phát triển Chánh Tinh Tấn đạo, bốn pháp tinh tấn lớn. Đặc biệt là thế khi bạn thực hiện những thiện sự này với quan niệm thoát khỏi những khổ đau của vòng tử sanh luân hồi. Những thiện sự thuộc thiền minh

sát, không cần phải nói, chắc chắn phải là một phần của Chánh Tinh Tấn đạo rồi.

Tóm lại, cố gắng làm điều thiện là Chánh Tinh Tấn.

CHÁNH NIỆM ĐẠO

'Này các Tỷ kheo, thế nào là Chánh niệm? Trong Giáo Pháp này, vị Tỷ kheo sống quán trên thân (sắc uẩn), vốn vô thường, khổ, vô ngã, bất tịnh, nhận ra nó chỉ là thân hay sắc uẩn vô thường, khổ, vô ngã, bất tịnh. Nhận thức được như vậy, vị ấy nhiệt tâm, tỉnh giác, chánh niệm, để chế ngự tham ưu đối với thế gian của năm uẩn; tham ưu ấy có thể sẽ sanh nếu không hiểu biết đúng như vậy.

Vị ấy quán trên các cảm thọ chỉ là thọ, vô thường, khổ, vô ngã, ..., vị ấy sống quán trên tâm, ghi nhận nó chỉ như một tiến trình của tư duy và nhận thức, vô thường, khổ, và vô ngã,...vị ấy sống quán trên các pháp, ghi nhận nó chỉ như hiện tượng thấy, nghe, v.v..., vô thường, khổ, vô ngã,...Nhận thức được như vậy, vị ấy nhiệt tâm, tỉnh giác, chánh niệm, để chế ngự tham ưu đối với thế gian của các cảm thọ; thế gian của tâm, thế gian của các pháp, nói khác hơn thế gian của năm uẩn. Này các Tỳ Kheo, niệm để hiểu biết đúng như vậy được gọi là Chánh Niệm.' Đây là những lời của Đức Phật kỹ lưỡng của Đức Phật về Chánh Niệm Đạo.

DÙ BÁT THÁNH ĐẠO CÓ ĐƯỢC THUYẾT GIẢNG CHI TIẾT HAY KHÔNG

Trong Kinh Chuyển Pháp Luân *(Dhammacakka Sutta),* như hiện giờ chúng ta đã thấy, Bát Thánh Đạo chỉ được đề cập dưới hình thức một tiêu đề. Khi bài Kinh Chuyển Pháp Luân này lần đầu tiên được Đức Phật thuyết, liệu Tôn giả Kiều-trần-như cùng với các vị Phạm Thiên và chư thiên đắc thắng trí lúc đó, có hiểu rằng bằng những từ đơn giản của tiêu đề *"chánh niệm"* Đức Phật muốn nói tới *'tứ niệm xứ'* qua đó bản chất của thân, thọ, tâm, và pháp được tuệ tri một cách rõ ràng hay không? Liệu các vị có hiểu rằng *"ghi nhận mọi thân hành, mọi cảm thọ, mọi danh pháp (hiện tượng tâm), mọi tư duy trên các pháp trần có tạo thành chánh niệm hay không? Và rằng Chánh Niệm này phải được tu tập bằng cách ghi nhận mọi hiện tượng của thân và tâm (danh&sắc) hay không?*

Đây là một điểm có thể gây tranh luận cần phải được cân nhắc. Vì trừ phi các vị đã có một sự hiểu biết rõ ràng về nó, bằng không các vị sẽ không thể phát triển chánh niệm được. Và không có chánh niệm, việc chứng đắc thắng trí thuộc thánh đạo và thánh quả là một điều không thể xảy ra.

Ở đây hai sự cân nhắc là có thể. Thứ nhất, Tôn giả Kiều-trần-như và các vị Phạm Thiên, chư thiên là những người có những Ba-la-mật phi thường đã chín mùi, chắc chắn sẽ đắc giải thoát tối hậu, và chỉ cần nghe những từ *"chánh niệm",* lập tức hiểu được rằng họ cần phải ghi nhận

mọi thân hành, mọi cảm thọ…, và phát triển chánh niệm đạo. Do đó họ đã làm như vậy và đắc thắng trí theo cách này.

Sự cân nhắc thứ hai là: khi thuyết bài pháp đầu tiên này, để thính chúng của ngài hiểu được một cách rõ ràng, Đức Thế Tôn đã giải thích tỉ mỉ những tiêu đề của Bát Thánh Đạo và tứ niệm xứ. Nhưng vào lúc Kết Tập Tam Tạng lần Thứ Nhất, khi trùng tuyên Kinh Chuyển Pháp Luân *(Dhammacakka Sutta),* Bát Thánh Đạo như một thành phần của Tứ Thánh Đế đã được cô đọng chỉ trong hình thức của một tiêu đề, như vậy phải có những giải thích chi tiết về chúng riêng ở các bản kinh khác được trùng tuyên trong hình thức cô đọng tại cuộc Kết Tập lần Thứ Nhất. Câu trả lời là có. Kinh Niệm Xứ *(Satipatthāna Sutta)* của Trung Bộ là một sự cô đọng của bài Kinh Đại Niệm Xứ *(Mahāsatipatthāna)* của Trường bộ mà chỉ phần đầu của nó được trùng tuyên trong kỳ Kết Tập lần Thứ Nhất. Nhưng hiện nay trong phương thức tiến hành ở cuộc Kết Tập lần Thứ Sáu, những phần bỏ sót đã được lấp đầy và ghi chép lại, mặc dù những phần mới thêm của kinh không được đề cập trong chú giải Trung Bộ. Tương tự cũng có một số những bài kinh dài thuộc các Nikāya khác đã được ghi lại trong hình thức cô đọng ở Tiểu Bộ Kinh *(Khuddaka Nikāya).*

Như vậy ở đây chúng ta có thể rút ra một điều là sự trình bày chi tiết về chánh niệm mà Đức Phật đưa ra ở lần thuyết bài kinh này đã được bỏ qua nên bài kinh chỉ được trùng tuyên một cách súc tích trong kỳ Kết Tập lần Thứ

Nhất. Vì thế vấn đề ý nghĩa thâm sâu và chi tiết của Bát Thánh Đạo được hiểu như thế nào từ tiêu đề đơn giản của nó không cần thiết phải đặt ra nữa. Ngày nay, tứ niệm xứ mà tôi vừa nói đã được nhiều người biết rõ. Và nhất là có bài *Kinh Đại Niệm Xứ* cung cấp những giải thích kỹ lưỡng cho tiêu đề đã được tóm tắt về Bát Thánh Đạo. Ngoài ra chúng ta còn có những bản chú giải về bài kinh này. Tuy vậy, bất chấp những gì đã có, chỉ một ít người là có thể biết cách làm thế nào để phát triển chánh niệm đạo. Do đó theo tôi nghĩ Đức Thế Tôn thực sự đã trình bày đầy đủ chi tiết về đạo *(Bát Thánh Đạo)* khi ngài thuyết bài pháp đầu tiên, Chuyển Pháp Luân, này vì lợi ích của số đông vậy.

Ở đây phải lưu ý rằng chánh niệm đạo là tứ niệm xứ. Đạo này phải được tu tập như thế nào đã được nói rõ trong bài kinh Pāḷi vừa dẫn. Bài kinh Pāḷi này chính xác giống như đoạn giới thiệu tóm tắt cho bài Kinh Đại Niệm Xứ *(Mahā Satipatthāna Sutta).* Nếu thấy sự giải thích quá cô đọng này không đủ để hiểu rõ, bạn có thể nhờ đến sự nghiên cứu sâu xa hơn về bài Kinh Đại Niệm Xứ.

Theo Kinh Đại Niệm Xứ, quán thân có thể được thực hiện theo hai cách: hoặc bằng cách quán hơi thở, *ānāpāna,* đó là theo dõi hơi thở vô và hơi thở ra, hoặc bằng cách quán ba mươi hai thành phần cấu tạo của thân như tóc, lông, móng, răng, da…Chú giải nói rằng hai phần này của Kinh Niệm Xứ là những đề mục thiền có thể tạo ra định an chỉ *(appanā).* Mười chín phần còn lại của Kinh Niệm Xứ là những đề mục

thiền chỉ tạo ra cận định *(upacāra Kammaṭṭhāna)*. Thiền minh sát *(vipassanā kamaṭṭhāna)* cũng chỉ tạo ra cận định.

LÀM THẾ NÀO ĐỂ TẠO RA CHÁNH NIỆM MINH SÁT (VIPASSANĀ SATI)

Do đó, chỉ cần chọn bất kỳ một đề mục thiền nào đã đề cập trong 19 phần còn lại để phát triển Chánh Niệm Minh Sát Đạo là đủ.

Theo phần 'Tác Ý Các Giới', *Dhātumanasikāra pabba,* người hành thiền cần phải ghi nhận Bốn Đại Chủng *(Tứ Đại)* cũng như ghi nhận khi nó sanh khởi và thể hiện. Thanh Tịnh Đạo nói rõ rằng khi đã vượt qua các triền cái nhờ quán trên Tứ Đại, cận định phát sanh. Cận định này, như đã giải thích trong Phụ Chú Giải của Thánh Tịnh Đạo, không gần với bất cứ một An Chỉ Định *(Appanā Samādhi)* nào và như vậy nó không phải là cận định thực thụ. Tuy nhiên, vì nó hơi giống cận định trong khả năng vượt qua các triền cái và tạo ra đặc tính của nó nên nó được khoác cho cái tên cận định nhờ sự giống hệt về khả năng của nó mà thôi.

Ở đây, vì mục đích của thiền minh sát, chúng tôi dùng từ Sát-Na Định Minh Sát *(Vipassanā Khaṇika Samādhi)* để mô tả loại (cận) định nói trên. Một số người cảm thấy khó hiểu cách dùng này và đã chỉ trích việc sử dụng nó. Họ cho rằng không thể phát triển Minh Sát bằng sát-na định. Họ lý luận rằng nếu điều này là khả dĩ, thì những tăng sinh đang nghiên

cứu kinh điển cũng có được minh sát trí. Tất nhiên, chúng tôi có thể chấp nhận quan điểm này nếu sự tập trung hay định của những học nhân ấy đủ mạnh để loại trừ những triền cái và đồng thời nếu họ đang quán trên hiện tượng danh và sắc ở sát na sanh của chúng hợp theo Kinh Đại Niệm Xứ. Nhưng một điều hoàn toàn rõ ràng là định dự phần trong sự đọc tụng và suy ngẫm trên kinh điển mà những học nhân ấy đã học thuộc lòng không đủ mạnh để vượt qua các triền cái và họ cũng không phải đang ghi nhận hiện tượng danh và sắc ở sát-na sanh của chúng. Do đó, những người chỉ trích chúng tôi hiển nhiên đã không quen với việc thực hành minh sát đúng đắn vậy.

Trong Thanh Tịnh Đạo, sát na định minh sát được đề cập như *Khaṇika cittakaggatā (sự nhất tâm tong một sát-na)*; và trong phụ chú giải của Thanh Tịnh Đạo thì nó được nói đến như *Khanamattahitiko samādhi,*…Như vậy dựa trên thẩm quyền của Chú giải và Phụ chú giải, chúng tôi đã dùng từ Sát Na Định Minh Sát *(Vipassanā Khaṇika Samādhi)* để mô tả loại định hơi giống như Cận Định này. Một khi những giải thích này được hiểu rõ, sự lầm lẫn chắc chắn sẽ chấm dứt trong tâm của những người chỉ trích chúng tôi.

Như đã nói ở trên, nếu quán sắc được thực hoàn tất bằng cách ghi nhận các sắc khi chúng sanh khởi, theo như các phần Quán Các Oai Nghi Của Thân *(Iriyapatha),* Quán Sự Tỉnh Giác *(Sampajaññā)*, Tác ý Các Giới *(Dhatumanasikāra),* thì cận định mà chúng ta gọi là sát na định minh sát được phát

triển. Và cùng với định này, Minh Sát Trí *(Vipassanā Ñāṇa)*, còn gọi là Chánh Kiến Minh Sát *(Vipassanā Sammādiṭṭhi)*, cũng được phát triển. Lúc đó những pháp này: Chánh Niệm Đạo *(Sammā Sati Magga),* Chánh Định Đạo *(Sammā Samādhi)* và Chánh Kiến Đạo *(Sammā Diṭṭhi Magga)* được gọi cách khác là Thân Quán Niệm Xứ *(kayanupassanā satipatthāna).*

Liên quan đến lời tuyên bố cho rằng 'Tác Ý Các Giới' là một đề mục thiền cho Cận Định, chúng tôi có thẩm quyền của Thanh Tịnh Đạo vốn đề cập đến đề mục thiền này như *Catudhātuvavatthāna (Xác Định Bốn Giới hay Xác Định Tứ Đại).* Và chắc chắn sự quả quyết của chúng tôi cho rằng quán các oai nghi của thân và quán sự tỉnh giác chỉ đưa đến Cận Định cũng sẽ được tán thành, bởi vì chú giải bài Kinh Niệm Xứ xác nhận rõ ràng chúng là những đề mục thiền cho Cận Định.

Ngoài ra, theo phần Quán Thọ…thì niệm thọ, niệm tâm và niệm pháp vào sát na sanh khởi của chúng sẽ dẫn đến sự phát triển của Cận Định và Minh Sát Trí. Bởi thế, ngay đầu chương nói về Kiến Tịnh, Thanh Tịnh Đạo đã đưa ra một sự mô tả về cách người theo cỗ xe thuần quán bắt đầu thực hành thẳng vào quán Tứ Đại theo sau bởi sự phân biệt mười tám giới, mười hai xứ, năm uẩn và danh-sắc, như thế nào. Điều này phù hợp với những lời dạy của Đức Phật trong Kinh Đại Niệm Xứ.

Đến đây, sau khi đã nghe những lời giải thích và cân nhắc ở trên, có lẽ quý vị đã hiểu được cách làm thế nào để

phát triển chánh niệm đạo đúng theo tinh thần của những bài kinh do Đức Thế Tôn thuyết giảng. Và sau khi đã hiểu như vậy, có lẽ quý vị cũng có thể xác định được là chỉ đọc tụng và suy xét trên những gì mình đã học từ kinh điển thay vì chánh niệm ghi nhận thân, thọ, tâm, pháp ở sát na chúng khởi sanh, có dẫn đến chánh niệm đạo đích thực hay không. Và một điều rõ ràng là không có chánh niệm đạo thích hợp, thì chánh kiến minh sát đạo, cũng không thể nào được thiết lập.

MINH SÁT TRÍ CHỈ PHÁT SANH DO CHÁNH NIỆM GHI NHẬN

Chúng tôi sẽ trích dẫn ra đây một đoạn từ chú giải Kinh Đại Niệm Xứ để củng cố thêm cho lý lẽ của chúng tôi:

Yasama panakaya vedanā citta-dhammesu kiñci dhammam anamdsitava bhāvanā nāma natti. Tasamā tepi imināva maggena sokaparideva samatikkhantati veditabba.

(Không thể có sự phát triển của minh sát trí, trí thuộc Thánh Đạo, mà không quán bất kỳ đề mục thiền nào trong thân, thọ, tâm, và pháp.) Do đó, phải nhận ra rằng Tể Tướng Santati và Trưởng Lão Ni Patācārā[3] đã vượt qua được sầu bi của họ do nhờ thực hành tứ niệm xứ đạo.

---

[3] Santati và Patācārā Therī, những người được nói là đắc thắng trí thuộc Thánh Đạo và Thánh Quả trong khi nghe một thời pháp.

KHÔNG CHÁNH NIỆM KHÔNG TRÍ TUỆ

Về điểm này chú giải rất minh bạch. Không thể chỉ nghe pháp mà phải quán một đề mục nào đó trong thân, thọ, tâm, pháp mới giúp họ đạt đến thắng trí. Không quán bất kỳ một đề mục thiền nào trong tứ niệm xứ, việc phát triển Minh Sát Trí *(Vipassanā Ñāṇa)* hay trí thuộc Thánh Đạo và Thánh Quả là điều không thể xảy ra. Do đó, rõ ràng là nếu chỉ học những định nghĩa và phân loại của Danh và Sắc rồi suy xét trên đó mà không thực sự ghi nhận sự sanh khởi của chúng trong thân, sẽ không bao giờ phát triển được chánh kiến đạo đúng đắn còn gọi là minh sát trí, hay trí thuộc Thánh Đạo.

Ở đây một mình chánh niệm sẽ không dẫn đến cứu cánh mong muốn. Sau khi đã thành tựu chánh niệm, chính nhờ tuệ tri chân lý đúng như thực mà người hành thiền mới đạt đến cứu cánh mong muốn. Do đó trong phần giới thiệu tóm tắt bài Kinh Niệm Xứ vừa dẫn ở trên, kinh chỉ nói là phải có *'nhiệt tâm chánh niệm cùng với trí tuệ tỉnh giác.'* Tuy nhiên, khi diễn giải phần giới thiệu tóm tắt này những từ *'pajānāti'* – biết *(tuệ tri)* theo những cách khác nhau, hay *'samudayavayadhammānupassī'* - biết nhân sanh và diệt- đã được dùng.

Vì thế, chúng tôi đã tóm tắt chánh niệm đạo này lại như sau: để phát triển chánh niệm, phải có nhiệt tâm, niệm cùng với sự tỉnh giác –

1. Tỉnh giác về những chuyển động của thân.
2. Tỉnh giác về mọi hoạt động của tâm
3. Tỉnh giác về mọi cảm thọ: lạc, khổ và trung tính (nói chung bất cứ thọ nào thể hiện).
4. Tỉnh giác về mọi pháp khi nó xuất hiện.

Sở dĩ chúng tôi phải mất khá nhiều thời gian để bàn chi tiết về chánh niệm đạo này là vì nó rất quan trọng đối với sự hiểu biết của nhiều người. Bây giờ chúng tôi sẽ bàn về chánh định đạo. Về đề tài này, chúng tôi sẽ tự giới hạn vào những điểm chính yếu nhất của lời dạy liên quan đến chánh định đạo. Thực sự để dẫn ra hết những giải thích về đề tài này sẽ phải bao quát một phạm vi quá rộng, đối với những người kiến thức hạn chế khó có thể nắm bắt được.

CHÁNH ĐỊNH ĐẠO

Này các Tỷ kheo, thế nào là Chánh định? Ở đây, trong Giáo Pháp này, Tỷ kheo ly dục, ly ác bất thiện pháp, chứng và trú Thiền thứ nhất, một trạng thái hỷ lạc do ly dục sanh, với tầm, với tứ. Tỷ kheo ấy diệt tầm, diệt tứ, chứng và trú Thiền thứ hai, một trạng thái hỷ lạc do định sanh, không tầm, không tứ, nội tĩnh nhất tâm. Tỷ kheo ấy ly hỷ trú xả, chánh niệm tỉnh giác, thân cảm sự lạc thọ mà các bậc Thánh gọi là xả niệm lạc trú, chứng và trú Thiền thứ ba. Tỷ kheo ấy xả lạc, xả khổ, diệt hỷ ưu đã cảm thọ trước, chứng và trú Thiền thứ tư, không khổ, không lạc, xả niệm thanh tịnh. Này

các Tỷ kheo, như vậy gọi là Chánh định. Như vậy, định trong bốn bậc thiền được xác định là Chánh Định Đạo.

Ở đây, Jhāna (bậc thiền) có nghĩa là không cho phép tâm lang thang mà gắn chặt nó trên một đề mục duy nhất để duy trì trạng thái vắng lặng. Theo Kinh thì có bốn bậc thiền *(Jhāna)*: (1) Sơ thiền, do năm thiền chi tạo thành, đó là *vitakka (tầm):* hướng tâm đến một đối tượng hay tư duy về đề mục thiền*; vicāra (tứ):* sự thẩm sát liên tục trên đối tượng; *piti (hỷ)* trạng thái say mê, sung sướng; *sukha (lạc),* cảm giác an lạc, hạnh phúc; *ekaggatā (nhất tâm)* sự hợp nhất của tâm an tịnh. (2) Sau khi diệt tầm và tứ, chỉ ba thiền chi hỷ, lạc và nhất tâm còn lại, tạo thành nhị thiền. (3) Kế tiếp diệt hỷ, hai thiền chi lạc và nhất tâm tạo thành tam thiền; (4) Trong tứ thiền, lạc được thay thế bằng xả *(upekkhā)* vì thế xả và nhất tâm tạo thành tứ thiền.

Bốn bậc thiền này có thể là những thiền hiệp thế[4] *(lokiya jhānas),* hoặc thiền siêu thế *(lokuttarā jhāna)* đi kèm theo Thánh Đạo tâm. Định của thiền siêu thế là chánh định thuộc thánh đạo; định của thiền hiệp thế có thể được xếp vào chánh định đạo nếu nó tạo thành căn bản cho sự phát triển minh sát *(vipassanā).*

---

[4] thiền hiệp thế cũng còn gọi là thiền sắc giới (rūpavacara jhāna) và thiền vô sắc giới (arūpavacara jhāna).

SỰ QUYẾT ĐOÁN CHO RẰNG KHÔNG THỂ TU TẬP MINH SÁT NẾU KHÔNG CÓ THIỀN (JHĀNA)

Bám vào lời tuyên bố này của chúng tôi, một số người nói rằng chỉ sau khi đã thành tựu sự thanh tịnh tâm qua việc đắc định người ta mới có thể thực hành thiền minh sát. Không có định của bậc thiền, không thể có sự thanh tịnh tâm. Không có sự thanh tịnh tâm không thể tu tập thiền minh sát *(vipassanā)*. Đây là một cách nhìn phiến diện, võ đoán. Cận định, định gần với bậc thiền, đủ khả năng đè nén các triền cái, có thể giúp người hành thiền đạt đến kiến tịnh, dẫn đến sự phát triển minh sát; và nhờ sự phát triển ấy người ta có thể chứng đắc tới A-la-hán Thánh Quả, rất nhiều người đã thành tựu được như vậy, và điều này được nói rõ trong Thanh Tịnh Đạo cũng như trong Kinh Điển Pāḷi. Chẳng hạn, trong Kinh Đại Niệm Xứ, có nói rõ rằng A-la-hán Thánh Quả có thể được thành tựu nhờ quán những đối tượng như các oai nghi của thân,v.v…mà những đối tượng này chỉ có thể làm phát sanh cận định mà thôi. Kinh Anussatithāna của Tăng Chi Bộ Kinh thêm rằng định tu tập do niệm các ân đức Phật…là đủ để dùng như một căn bản định cho sự phát triển thắng trí lên đến A-la-hán thánh quả. Các bản chú giải giải thích phần tỉnh giác cũng khẳng định hỷ *(pīti)* có thể phát sanh do tuỳ niệm các ân đức của Phật, Pháp, Tăng, và rằng hỷ đã sanh này có thể được thiền quán trên đó như (một hiện

tượng) phải bị huỷ diệt, hay như vô thường, từ đó dẫn đến sự chứng đắc A-la-hán Thánh Quả.

Các nguồn thẩm quyền ấy còn nói thêm rằng vô số người, có thể hàng vạn, hàng triệu và hàng chục triệu người đã được giải thoát trong lúc nghe Đức Phật thuyết pháp mà hoàn toàn không thiện xảo trong các bậc thiền. Cũng có thể rất nhiều người trong số đó còn không được trang bị với các thiền chứng. Nhưng hẳn là họ đã thành tựu sự thanh tịnh tâm bởi vì tâm của họ lúc đó được mô tả như nhu nhuyến, dễ sử dụng, thoát khỏi các triền cái, hoan hỷ và thanh tịnh. Chú giải đề cập rằng vào khoảnh khắc thích hợp ấy Đức Thế Tôn đã thuyết cho họ nghe bài pháp cao siêu nhất về tứ thánh đế, bài pháp mà chỉ một mình Đức Phật mới có thể diễn giảng. Và như hệ quả của việc nghe pháp đó thính chúng của ngài đã đạt đến thắng trí và giải thoát.

Xét trên lý do này, những định nghĩa về chánh định mà Đức Phật đưa ra dưới dạng bốn bậc thiền sắc giới phải được xem như một phương pháp mô tả cực cấp; cận định dù được mô tả như một cách hạ cấp, nhưng cũng có thể xem như chánh định để hoàn tất việc thanh tịnh tâm. Cận định này có cùng những đặc tính như sơ thiền là đè nén các triền cái. Chúng cũng giống như sơ thiền trong việc có cùng năm thiền chi, đó là, tầm, tứ, hỷ, lạc và nhất tâm. Vì thế, chúng tôi nghĩ Đức Thế Tôn đã bao gồm cả hai loại cận định này - cận định trong thiền minh sát và cận định thông thường của sơ thiền như một cách định nghĩa hạ cấp.

Jhāna có nghĩa là quan sát sít sao một đối tượng với sự chú tâm kiên cố. Sự chú tâm tập trung cao độ vào một đối tượng thiền đã chọn, như hơi thở vô ra chẳng hạn, làm phát sanh thiền định *(samatha jhāna).* Trong khi ghi nhận đặc tính của danh - sắc và quán trên tính chất vô thường, khổ và vô ngã của chúng sẽ tạo ra thiền minh sát *(vipassanā jhāna)*. Tôi đã chú thích tóm tắt lại như sau cho quý vị dễ nhớ:

1. Quan sát sít sao với sự chú tâm tập trung cao độ được gọi là jhāna (thiền).
2. Có hai loại *jhāna — samatha jhāna và vipassanā jhāna.*
3. Sự chú tâm kiên cố để phát triển tâm tĩnh lặng gọi là *samatha jhāna (thiền định).*
4. Quán trên tam tướng hay ba đặc tánh vô thường, khổ và vô ngã tạo thành *vipassanā jhāna (thiền minh sát).*
5. Có ba loại định *(samādhi)*, Sát Na Định, Cận Định, và An Chỉ Định hay Kiên Cố Định.

Sát-na định như đã nói ở trên là trạng thái tương đối an tịnh trước khi đạt đến cận định trong tiến trình hành thiền trên những đối tượng thiền định *(samatha kammaṭṭhāna)* và cũng là định của thiền minh sát *(vipassanā jhāna).* Trong hai loại này, định của minh sát có cùng đặc tính đè nén các triền cái như cận định nên cũng được gọi là cận định như đã giải thích ở trên. Sát na định minh sát này khi được phát triển mạnh mẽ, có thể giữ tâm trong trạng thái tĩnh lặng giống như an chỉ

định, điều này đã được xác minh rõ ràng bởi kinh nghiệp cá nhân của những hành giả đang thực hành thiền Tứ Niệm Xứ.

Bởi thế, trong Mahā Tikā, phụ chú giải của bộ Thanh Tịnh Đạo, chúng ta thấy: *"Thực chất, sự nhất tâm trong một sát-na (khaṇika cittekaggattā) là định (minh sát) chỉ kéo dài trong khoảng sát-na mỗi lần sanh. Khi sát na định minh sát này xảy ra không gián đoạn với danh sắc như đối tượng thiền của nó, sẽ duy trì sự tĩnh lặng trong một cách thức duy nhất, liên tục và không bị các phiền não áp đảo, nó gắn chặt tâm không lay động như thể trong an chỉ thiền vậy."*

Cho nên khi một người chuyên tâm trong thiền minh sát và với ý định tu tập cho đến giai đoạn đạo quả, nên cố gắng, nếu có thể được, đạt đến một bậc thiền nào đó hoặc cả bốn bậc thiền càng tốt. Sau khi đã đạt đến bất kỳ một thiền chứng nào, nên tu tập để duy trì và thiện xảo trong chúng. Tuy nhiên, nếu không đạt được một thiền chứng nào, vị ấy nên cố gắng để có được cận định.

Ngược lại, một hành giả thuần quán, *vipassanā yānika (thuần quán thừa hành giả)*, bắt đầu với việc quán trên danh *(nāma)* và sắc *(rūpa)* chẳng hạn như tứ đại, nên cố gắng để được an lập trong sát na định minh sát vốn có khả năng đè nén các triền cái giống như cận định. Khi đã được an lập trong sát na định minh sát như vậy, chuỗi các minh sát trí hay tuệ minh sát sẽ phát sanh bắt đầu với danh sắc phân tích trí *(nāmarūpa pariccheda ñāṇa)*. Vì vậy sát na định minh sát và cận định cũng được xem như chánh định đạo.

Chúng tôi đã bàn tương đối toàn diện về chánh định đạo. Bây giờ chúng tôi sẽ tiếp tục bàn luận chi tiết về đạo tuệ *(paññā).*

CHÁNH KIẾN ĐẠO

"Này các Tỷ kheo, thế nào là Chánh kiến? Này các Tỷ kheo, tri kiến về Khổ, tri kiến về Khổ tập, tri kiến về Khổ diệt, tri kiến về Khổ diệt đạo. Này các Tỷ kheo, như vậy gọi là Chánh kiến."

Nói tóm lại, biết Tứ Đế đúng như thực là Chánh Kiến Đạo. Điều này phải được tu tập như đã giải thích ở trên trong phần nói về những phương pháp tu tập Chánh niệm và Chánh định. Chúng tôi sẽ đưa ra một số giải thích thêm ở đây cho quý vị hiểu rõ hơn.

Theo chú giải Tăng Chi Kinh thì có năm loại Chánh Kiến, đó là: *1. Kammassakatā sammādiṭṭhi. 2. Jhāna sammādiṭṭhi. 3. Vipassanā sammādiṭṭhi. 4. Magga sammādiṭṭhi. 5. Phala sammādiṭṭhi.*

Uparipaṇṇāsa cũng đề cập đến năm loại chánh kiến tương tự như trên, nhưng thay vì *Jhāna sammādiṭṭhi,* lại có *Paccevekkhanā sammādiṭṭhi.* Kết hợp hai bảng lệt kê đó, chúng ta có sáu loại chánh kiến sau:

1. *Kammassakatā sammādiṭṭhi*. 2. *Jhāna sammādiṭṭhi.* 3. *Vipassanā sammādiṭṭhi*. 4. *Magga sammādiṭṭhi*. 5. *Phala sammādiṭṭhi. 6. Paccevekkhanā sammādiṭṭhi.*

Trong bảng liệt kê trên, *Phala sammādiṭṭhi (Chánh kiến thánh quả)* là chánh kiến đi kèm bốn pháp quả vốn là những kết quả của các Thánh Đạo. Việc chứng bốn Thánh Đạo trí được tự động theo sau bởi bốn Thánh Quả trí. Không cần phải thực hiện một nỗ lực đặc biệt nào để đắc các Quả trí này. Ngoài ra, *Paccevekkhanā*[5] *sammādiṭṭhi (Chánh kiến thuộc trí phản khán)* là trí tự quán sát cũng tự động đến sau khi chứng đắc Đạo Quả. Không nỗ lực nào cần thiết để tạo ra nó. Người hành thiền chỉ cố gắng để đạt được bốn loại chánh kiến đầu mà chúng tôi sẽ giải thích chi tiết sau đây:

KAMMASSAKATA SAMMĀDIṬṬHI

Kammassakatā sammādiṭṭhi có nghĩa là tin và chấp nhận quan niệm cho rằng có Nghiệp và có quả của nghiệp ấy. Bất kỳ hành động nào được làm với sự chủ ý là nghiệp *(kamma)* và nghiệp này tạo ra những quả tốt hay xấu tuỳ theo. Chẳng hạn, người làm những ác nghiệp sẽ gặt những quả báo ác. Những kẻ tội phạm phải đương đầu với sự trừng phạt vì những tội ác của họ, nhẹ nhất trong đó có thể là bị xã hội lên án hay chỉ trích. Ngôn ngữ ghê gớm chắc chắn sẽ bị đáp trả lại bằng ngôn ngữ ghê gớm; một ánh mắt khắt khe đầy ác ý, sẽ bị đáp trả bằng một ánh mắt khắt khe, không thân thiện, trong khi một nụ cười vui vẻ sinh ra một nụ cười vui vẻ. Một

[5] Paccevekkhanā: quán sát, tỉnh sát, phản khán (観察, 省察)

lời chào hỏi thân thiện chắc chắn sẽ được thưởng lại bằng sự thân thiện, đáng yêu.

Một đứa trẻ biết cách cư xử, có được sự giáo dục tốt từ nhỏ, sẽ lớn lên thành một con người trưởng thành phát đạt, thành công. Theo đuổi một nghề nghiệp hay một ngành công nghiệp có lợi sẽ đưa đến giàu sang và thịnh vượng, trong khi những cố gắng vô bổ như bài bạc chắc chắn sẽ dẫn đến bại vong. Những trường hợp báo đáp tốt xấu theo những hành động thiện ác như vậy ai cũng có thể thấy trong kinh nghiệm sống hàng ngày của mình.

Quy luật nghiệp báo này chiếm ưu thế trong suốt kiếp luân hồi bất tận của chúng ta, hành động thiện đưa đến quả báo thiện, hành động ác đưa đến những hậu quả xấu. Do kết quả của những ác nghiệp đã làm trong những kiếp quá khứ người ta phải gánh chịu những hậu quả ác hại như đoản thọ, bệnh hoạn, xấu xí, nghèo hèn, không có người theo hay không có ai phụ giúp trong kiếp hiện tại. Những ác nghiệp như sát sanh, hành hạ, trộm cắp, nói dối…đã làm trong kiếp này sẽ cho quả trong những kiếp tương lai, như bị tái sanh trong những cảnh giới hạ liệt và kèm theo bởi những quả báo ác tương tự.

Do kết quả của những thiện nghiệp đã làm trong tiền kiếp trước, những quả báo tốt kết trái trong kiếp hiện tại và người ta hưởng được một cuộc sống trường thọ không bị ốm đau, có đầy đủ sắc đẹp, giàu sang và đông người hầu hạ, giúp đỡ. Tránh những hành động ác như sát sanh, hành hạ,

trộm cắp và sẵn sàng làm những thiện nghiệp như bố thí, giúp đỡ và phục vụ tha nhân, người ta được tái sanh trong những cảnh giới cao hơn, hưởng được quả báo của những thiện nghiệp mà mình đã làm này.

Nghiệp tốt cho quả tốt và nghiệp xấu cho quả xấu là những sự thực hiển nhiên. Tin những sự thực này là có *Chánh Kiến về Nghiệp Sở Hữu (Kammassakatā sammādiṭṭhi),* nghĩa là thấy đúng rằng nghiệp của một người là tài sản riêng của họ.

Chánh kiến này không phải do trực giác thể nhập của một người tạo ra giống như minh sát trí. Nó chỉ đơn thuần là sự chấp nhận quan điểm dựa trên niềm tin vào những lời dạy của các bậc trưởng lão và của kinh điển sau khi đã cân nhắc những trường hợp mà mình biết rõ và tính đáng tin của chúng. Chánh kiến này được kể trong mười phước hành và gọi là *thiện hành chánh kiến (sucarita sammādiṭṭhi).* Trong khi quan niệm sai lầm phủ nhận sự hiện hữu của nghiệp và quả của nghiệp, bất chấp sự thực hiển nhiên của chúng, là *tà kiến (micchādiṭṭhi)*; nó được xếp như một trong mười phi phước hành và được gọi là *ác hành tà kiến (ducarita micchādiṭṭhi).* Quý vị có thể tham khảo thêm ở quyển hai của những bài pháp do chúng tôi giảng, Kinh Sallekha, để có sự sáng tỏ thêm về ducarita micchādiṭṭhi (ác hành tà kiến) này. Như vậy:

1. *Quan kiến sai lầm phủ nhận sự thực của Nghiệp và quả của nghiệp là Tà Kiến.*
2. *Quan kiến đúng đắn chấp nhận sự thực của Nghiệp và quả của nghiệp là Chánh Kiến.*

Thiện hạnh chánh kiến *(Sucarita sammādiṭṭhi)* hay gọi cách khác là chánh kiến về nghiệp sở hữu *(kammasakata sammādiṭṭhi)* tạo thành căn bản của tất cả mọi thiện nghiệp. Dựa trên căn bản này, người ta tránh các ác nghiệp và chỉ thực hiện các thiện nghiệp như bố thí, trì giới….Và những phước hành khác như thiền định và thiền minh sát cũng có thể được tu tập. Vì lý do đó, chánh kiến và giới *(sīḷa)* được tuyên bố là sự khởi đầu cho những thiện nghiệp của định *(samadhi)* và tuệ *(paññā).*

"Này các Tỳ-kheo, vì lẽ các vị xin một lời dạy tóm tắt về thiền với mong muốn được độc cư thực hành, Như lai thúc giục các vị nên tu tập để thanh tịnh các pháp tạo thành điểm khởi đầu cho sự phát triển của định và tuệ trước. Và thế nào là những điều kiện khởi đầu phải có này? Đó là Giới thanh tịnh và tri kiến chánh trực.

"Này các Tỳ-kheo, khi các vị đã thanh tịnh giới và giữ tri kiến chánh trực, lúc đó dựa trên giới và trú trên giới, các vị có thể tu tập tứ niệm xứ theo ba cách: quán trên các nội xứ, quán trên các ngoại xứ và quán trên các nội, ngoại xứ."

Từ những lời dạy này của Đức Thế Tôn, rõ ràng chánh kiến về nghiệp sở hữu và giới thanh tịnh là những nền tảng khởi đầu phải được thết lập trước khi một hành giả bắt tay vào việc thực hành thiền. Và một điều cũng rõ ràng nữa là để tu tập Minh Sát, thì định của bậc thiền *(jhāna samādhi)* và cận định *(upacāra samādhi)* là những đòi hỏi phải có để thành

tựu sự thanh tịnh tâm ban đầu. Thêm nữa, để thiết lập Thánh Đạo, hiển nhiên minh sát đạo hay gọi cách khác là đạo đi trước *(pubbabhāga magga)* là điềm báo trước của Thánh Đạo, phải được phát triển trước, do đó, để mô tả Đạo đầy đủ chúng ta có ba giai đoạn: (a) *Mūla magga*— đạo căn bản (b) *Pubbabhāga vipassanā magga* — tiền minh sát đạo và (3) *Ariya magga* — thánh đạo.

Căn bản, điềm báo trước, Thánh Đạo,
Phát triển chúng dẫn đến Niết-Bàn.

ĐẠO PHÁT TRIỂN TRÊN BA GIAI ĐOẠN

Người Phật tử chúng ta có thói quen khi hoàn thành một phước sự nào thường ước nguyện chóng được chứng đắc Niết-Bàn. Tất nhiên đạo quả sẽ không đắc liền theo ước nguyện đơn thuần của họ. Nó sẽ chỉ đạt đến một trong các cảnh giới cao hơn tuỳ theo phước sự của họ; và ở đó trừ phi họ thực sự hành để phát triển Bát Thánh Đạo, thì đạo quả mới được đắc. Thế thì, tại sao phải chờ đến kiếp lai sanh? Tại sao không bắt đầu ngay bây giờ để thực hiện sự giải thoát ngay trong kiếp sống này? Và sự giải thoát có thể được thành tựu như thế nào?

Giải thoát được thành tựu nhờ thực hành Bát Thánh Đạo, đạo vốn phải được đi trước bởi điềm báo trước của nó là tiền minh sát đạo *(Pubbabhāga vipassanā magga).* Nhưng để phát triển được tiền minh sát đạo này, trước tiên phải hoàn

thành những đòi hỏi căn bản, đó là, phát triển *nghiệp sở hữu đạo (kammassakata magga), giới đạo (sīḷa magga) và định đạo (samādhi magga).*

Đối với người đã quy y trong giáo pháp của Đức Phật, chánh kiến về nghiệp sở hữu *(kammasakata sammādiṭṭhi)* kể như đã được thiết lập. Còn về giới đạo, đối với người tại gia, nếu vẫn chưa được thiết lập trong đó, thời có thể hoàn thành giới bằng cách giữ giới trước khi bắt đầu hành thiền. Nếu một hành giả Tỳ-kheo còn có hoài nghi nào về sự thanh tịnh giới của mình, vị ấy nên, ngay khi khởi sự, cố gắng làm cho giới được thanh tịnh bằng cách thọ trì những hình phạt *parivāsa (biệt trú*-别住) và *manatta (tự hối, khiêm hạnh)*. Nếu vị ấy có những tài sản không được phép, vị ấy nên xả bỏ chúng và lấy lại sự thanh tịnh bằng cách thú tội. Sau khi đã chắc chắn được thanh tịnh giới như vậy, vị ấy nên nỗ lực để chứng đắc một, hai, ba, hoặc cả bốn bậc thiền *(jhānas).* Nếu không thể chứng đắc các bậc thiền như vậy, vị ấy nên hành để có được ít nhất cận định. Nếu không thể hành riêng thiền định, vị ấy phải cố gắng để thành tựu sát na định minh sát *(vipassanā khaṇika samādhi*, loại định có cùng đặc tính đè nén các triền cái như cận định) bằng cách quán trên tứ đại, v.v…Tất nhiên điều này không đòi hỏi phải thiết lập định như vậy, nhưng nhờ giữ chánh niệm sít sao trên bản chất của danh *(nāma)* và sắc *(rūpa)*, mà định minh sát sẽ tự động phát sanh. Tuy nhiên do sự chú tâm bị phân tán đến nhiều đối tượng hay do gắn chặt trên những đối tượng không dễ dàng phân biệt, định

phải mất một lúc lâu mới phát sanh. Vì thế, giới hạn vào những đối tượng nhất định nào hành giả có thể ghi nhận rõ hơn sẽ đẩy nhanh, và làm cho sự phát triển định được dễ dàng hơn.

Do đó chúng tôi hướng dẫn các thiền sinh bắt đầu với sự ghi nhận *vāyo dhātu* (phong đại, hay yếu tố gió), biểu thị đặc tính bằng sự cứng đơ, sức ép, chuyển động đang trở nên hiển hiện trong vùng bụng. Khi bụng phồng lên, ghi nhận *'phồng'*, khi bụng xẹp xuống, ghi nhận *'xẹp'*. Bắt đầu bằng cách chỉ ghi nhận hai sự chuyển động phồng và xẹp này. Tuy nhiên điều này không có nghĩa đã bao hàm hết những điều cần phải làm. Trong khi ghi nhận sự phồng xẹp của bụng, nếu suy nghĩ phát sanh, cũng ghi nhận nó là *'suy nghĩ'* và rồi trở lại với việc ghi nhận phồng và xẹp như trước. Nếu có một cảm giác đau nào đó xuất hiện trong thân, ghi nhận *'đau'*; khi cái đau bớt đi hay khi nó đã được ghi nhận trong một thời gian nào đó, hãy trở lại với sự ghi nhận phồng và xẹp. Nếu có sự co, duỗi hay xê dịch chân tay, hành giả phải ghi nhận *'co'*, *'duỗi'* hay *'xê dịch'*. Nói chung nếu có bất kỳ chuyển động của thân nào, hành giả đều phải ghi nhận nó. Sau đó trở lại với việc ghi nhận sự *'phồng'* và *'xẹp'* của bụng. Khi hành giả thấy hay nghe rõ một điều gì, ghi nhận *'nghe'* hay *'thấy'* một lúc và rồi trở lại với *'phồng'* và *'xẹp'*.

Nhờ ghi nhận mọi hiện tượng một cách chăm chú như vậy, tâm trở nên an tịnh và định tĩnh rõ rệt. Ở mỗi sát na chánh niệm, đối tượng quan sát, sắc *(rūpa)*, sẽ xuất hiện tách

biệt với danh *(nāma)*, chủ thể nhận thức sắc. Đó là khởi đầu của sự phát triển minh sát trí *(vipassanā Ñāṇa)* phân biệt danh và sắc bằng tâm an định. Minh sát trí đặc biệt này là những gì Đức Thế Tôn hàm ý khi ngài nói *"cakkhu karanī, Ñāṇa karanī,…nhãn sanh (tác thành mắt), trí sanh (tác thành trí)…"* Các vị Trưởng lão Ni cũng muốn nói đến cùng một việc khi họ thốt lên *"Pubenāparaṃ visesaṃ sanjānanti…Trí đi trước được thay thế bởi trí đi sau nó."* (minh sát trí sanh sau quán minh sát trí diệt trước).

ĐẮC THIỀN PHÁT TRIỂN MINH SÁT NHƯ THẾ NÀO

Nếu người hành thiền nỗ lực, theo cách đã nói ở trên, cho đến khi đắc thiền *(jhāna)*, trí đi kèm với định của bậc thiền là *jhāna sammādiṭṭhi* (chánh kiến thiền định), trí này không đáng chú ý so với những mục đích của minh sát *(vipassanā)*. Cái được xem là đáng chú ý là định của bậc thiền vốn được dùng cho sự thanh tịnh tâm và như thiền căn bản cho việc hành minh sát. Dùng bậc thiền mà hành giả đã đắc, như một căn bản, hành giả xuất khỏi trạng thái thiền ấy và bắt đầu quán trên các tâm sở đòi hỏi phải có vào sát na chứng thiền, đó là tầm *(vitakka)*, tứ *(vicāra)*, hỷ *(pīti)*, lạc *(sukha)*, nhất tâm *(ekaggatā)*, xúc *(phassa)*, tư *(cetanā)*, tác ý *(manasikāra)*,…Những tâm sở này trở nên rất rõ ràng đối với hành giả; những trạng thái của thân vật lý mà thiền dựa vào cũng vậy. Mỗi sát na sanh của chúng xuất hiện một cách rõ

ràng, và lập tức được theo sau bởi sự diệt của nó. Do sự diệt không ngừng ấy hành giả biết rõ rằng nó chỉ là hiện tượng vô thường, bất toại nguyện và vô ngã.

Hành giả luân phiên nhập vào thiền và xuất khỏi nó để quán các hiện tượng tâm vật lý *(danh-sắc)* có mặt trong đó. Trong khi luân phiên lập đi lập lại việc này nhiều lần như vậy, Minh Sát Đạo *(vipassanā magga)* được phát triển mạnh mẽ, và chẳng bao lâu dẫn đến sự chứng ngộ Niết-Bàn. Tính khả dĩ của của việc chứng ngộ Niết-Bàn như thế đã được mô tả trong Tăng Chi Kinh *(Navaka Nipāta Aṇguttara)*: *"Này các Tỳ-kheo, ở đây (trong giáo pháp này), vị Tỳ-kheo chứng và trú sơ thiền. Xuất khỏi thiền, vị ấy quán trên sắc, thọ, tưởng, hành, và thức hiện hữu trong sát na thiền và thấy chúng như vô thường, khổ, và vô ngã. Thấy như vậy, vị ấy trú với minh sát trí đã đạt được và đắc A-la-hán Thánh Quả, diệt tận mọi lậu hoặc (āsava).*

Đây là cách một hành giả chứng thiền *(jhāna lābhi)* đạt đến A-la-hán Thánh Đạo bằng thiền minh sát trên tâm và các tâm sở thiền, cũng như trên các hiện tượng danh và sắc thực sự sanh và diệt trong tương tục thân của vị ấy. Ở đây cần lưu ý nghiêm túc đối với sự kiện này, đó là, không chỉ đơn thuần suy xét trên những gì mình đã học từ sách vở, mà phải thực sự quan sát và thấy các hiện tượng sanh và diệt của danh-sắc khi nó xảy ra bên trong thân mình đúng như thực mới được.

Do đó, hiển nhiên rằng, cũng như một hành giả đắc thiền nhập và xuất khỏi trạng thái thiền, rồi hành thiền trên sự sanh và diệt của của các trạng thái tâm…đã thực sự xảy

ra trong sát na liền trước đó như thế nào, thì với hành giả không đắc thiền *(a-jhāna labhī)* cũng phải quán trên sự sanh và diệt của những trạng thái tâm tham hay sân…khi chúng xảy ra trong những sát na tâm liền trước đó như vậy.

Tóm lại, một hành giả không đắc thiền phải lưu ý rằng minh sát trí đích thực không thể phát triển do đơn thuần xuy xét trên kiến thức sách vở đã học vẹt; mà nó chỉ có thể được phát triển bằng cách quan sát sít sao mọi hoạt động xúc chạm, suy nghĩ, thấy, nghe, ngửi …trong chính tương tục thân tâm của mình và phân biệt các hiện tượng sanh và diệt của chúng khi nó xảy ra trong sát na tâm liền trước đó.

PHƯƠNG PHÁP QUÁN TRÊN CÁC TÂM HÀNH LINH TINH

Có một phương pháp thiền khác được dùng bởi các hành giả có đắc thiền. Đó là vị ấy nhập và xuất khỏi trạng thái thiền, và quán, như đã giải thích, trên tâm và tâm sở thiền, cũng như trên sắc *(rūpa),* nói chung bất kỳ pháp nào trở nên dễ phân biệt lúc ấy. Rồi vị ấy hướng sự chú ý của mình đến những hoạt động xúc chạm, thấy, nghe,…khi chúng xảy ra. Đây gọi là quán trên những tâm hành linh tinh. Phương pháp này cũng giống như phương pháp mà các hành giả theo cỗ xe thuần quán, hay hành giả không đắc thiền, sử dụng. Cái khác nằm ở chỗ vị đắc thiền có thể dùng những thiền chứng của mình như một căn bản cho thiền minh sát và vị ấy có thể hoàn thành công viêc quán danh, sắc bất cứ khi nào

chúng xuất hiện dễ dàng hơn, nhờ căn bản thiền định của mình. Những khác nhau duy nhất giữa hai phương pháp là như vậy.

Khi mệt mỏi xảy đến với vị hành giả có đắc thiền do quán các đối tượng linh tinh xuất hiện ở các cửa giác quan, vị ấy có thể quay trở lại với trạng thái thiền của mình, và sau khi đã phục hồi sức khoẻ, vị ấy tiếp tục quán danh-sắc khi chúng xuất hiện trở lại. Theo cách đó, vị ấy phát triển minh sát trí dựa trên thiền của mình cho đến khi nó đủ mạnh để dẫn đến chứng ngộ Niết-Bàn, qua Thánh Đạo Trí *(Ariyāmagga Ñāṇa).*

Phương pháp quán này đã được mô tả trong chú giải Kinh Song Tầm như sau:

'Bằng những lời này Đức Phật đã nói về lúc ngài còn là Bồ Tát tu tập thiền minh sát dựa trên bậc thiền (jhāna). Thực sự, khi thiền định *(samādhi)* và thiền minh sát *(vipassanā)* của một hành giả vẫn chưa thành thục, nếu vị ấy ngồi lâu để phát triển minh sát, mệt mỏi sẽ áp đảo vị ấy,có một cảm giác nóng bức như thể những ngọn lửa đang bùng cháy trong thân vị ấy, mồ hôi toát ra từ nách; vị ấy cảm thấy như có một luồng hơi nóng từ đỉnh đầu xông lên. Cái tâm khốn khổ cứ co kéo vẫy vùng. Hành giả nên trở lui trạng thái thiền định để làm giảm bớt sự căng thẳng của thân và tâm; nhờ vậy được tươi tỉnh lại, sau đó hành giả quay trở lại với công việc minh sát đang làm của mình. Rồi, do ngồi lâu thiền quán vị ấy mệt mỏi trở lại. Vị ấy tìm sự giải khuây lần nữa bằng cách

nhập thiền. Theo cách này, mỗi khi mệt mỏi, vị ấy quay về với trạng thái thiền định của mình. Như vậy nhập thiền có lợi ích rất lớn cho việc thực hành minh sát.

Đây là cách các hành linh tinh được dùng như đối tượng cho thiền minh sát bắt đầu với jhāna *(bậc thiền)* mà hành giả giữ như thiền căn bản của mình. Đối với những hành giả không đắc thiền, chỉ quán các tâm hành linh tinh như xúc chạm, suy nghĩ, nghe, thấy…Khi đang hành như vậy, nếu mệt mỏi áp đảo, tất nhiên họ không thể giải khuây bằng cách nhập thiền. Họ nên quay lại với việc ghi nhận sự phồng và xẹp của bụng. Nhờ giới hạn đối tượng thiền, sự mệt mỏi cũng như căng thẳng của tâm và thân giảm bớt.

Sau khi đã khoẻ khoắn trở lại họ sẽ quay về với công việc quan sát liên tục những tâm hành linh tinh như trước. Theo cách này, khi định trí minh sát *(vipassanā samādhi ñāṇa)* đã trở nên mạnh mẽ, hành giả có thể hành thiền liên tục cả ngày lẫn đêm không có những bức bối, khó chịu của thân và tâm nữa. Những đối tượng thiền dường như tự xuất hiện trong tâm. Với chánh niệm không cần nỗ lực, tiến trình biết thực tại đúng như thực, trôi chảy một cách êm ả. Sự thực về vô thường, khổ, vô ngã cùng một lúc kéo tới với vị ấy. Khi trí này có được nhịp độ tiến triển và tốc lực nhanh chóng, cả đối tượng giác quan lẫn tâm biết đều lao vào trạng thái diệt. Đây là trạng thái lao nhanh vào Niết-Bàn bằng Thánh Đạo, Ariya Magga. Do đó chúng tôi đã tóm tắt lại điều này như sau:

Căn bản, điềm báo trước, Thánh Đạo,
Tu tập chúng sẽ dẫn đến Niết Bàn.

BẮT ĐẦU CỦA MINH SÁT ĐẠO

Như đã nói ở trên, trong ba giai đoạn của đạo thì đạo căn bản bao gồm chánh kiến về nghiệp sở hữu *(kammassakata sammādiṭṭhi)* và giới *(sīḷa)* phải được hoàn tất trước khi khởi sự hành thiền. Chỉ thừa hành giả *(samatha yānika yogī),* người đã có căn bản thiền định, trước khi khởi sự hành minh sát, cần phát triển một trong hai định đạo căn bản *(samādhi magga)*. Đó là Cận định hoặc An chỉ định. Ngược lại, thuần quán thừa hành giả *(suddha vipassanā yānika),* hoàn tất định đạo căn bản này trong khi quán Tứ Đại…, nhờ chú tâm kiên cố trên từng đối tượng giác quan khi quán. Do tâm không còn lang thang đến các đối tượng khác; chỉ chuyên chú đến công việc quán, nó kể như đã được tịnh hoá và sau khi có được sự thanh tịnh tâm này mọi hoạt động quán đều là sự phát triển của minh sát đạo *(vipassanā magga)*.

ĐỊNH ĐẠO MINH SÁT ĐƯỢC TU TẬP NHƯ THẾ NÀO

Nỗ lực mà một người bỏ ra để ghi nhận từng hiện tượng phồng, xẹp, ngồi, chạm, suy nghĩ, biết, cảm giác nóng; cảm giác đau, tạo thành chánh tinh tấn đạo *(sammā vāyāma*

magga). Niệm đặt trên những hoạt động của thân, thọ, tâm và pháp liên quan đến việc thực hành Tứ Niệm Xứ là chánh niệm đạo *(sammā sati magga).* Tâm gắn chặt trên các đối tượng quán là chánh định *(sammā samādhi)*, hay cũng gọi sát na định minh sát *(vipassanā khaṇika samādhi).* Ba pháp: chánh tinh tấn, chánh niệm, và chánh định, này là ba thành phần của định đạo *(samādhi magga).*

CÁC ĐẠO TUỆ MINH SÁT ĐƯỢC TU TẬP NHƯ THẾ NÀO

Biết đối tượng đúng theo bản chất của nó khi quán là Chánh Kiến Đạo *(sammādiṭṭhi magga).* Chỉ sau khi đã đạt đến Tâm Thanh Tịnh, thì trí, trí có khả năng phân biệt các đối tượng giác quan với tâm biết, mới phát sanh. Trí phân biệt rõ ràng danh và sắc đúng như thực này tạo thành Kiến Thanh Tịnh. Trí này được theo sau bởi sự phân biệt tính chất nhân và quả trong quá trình quán. Chẳng hạn, có sự co bởi vì có ước muốn co, duỗi bởi vì có ước muốn duỗi, chuyển động bởi vì có ước muốn chuyển động. Thấy bởi vì có con mắt và đối tượng để thấy (cảnh sắc). Nghe bởi vì có tai và âm thanh để nghe. Có của cải bởi vì có thiện nghiệp…phân biệt rõ quy luật nhân quả đúng như nó thực sự là như thế.

Tiếp tục hành thiền, với mỗi sát na ghi nhận, hành giả phân biệt sự sanh khởi cũng như sự hoại diệt của từng hiện tượng. Điều này sẽ dẫn đến sự chứng ngộ khổ đế ở cả đối tượng giác quan lẫn tâm hay biết. Hiện tượng sanh và diệt

không ngừng này khiến cho hành giả tin chắc rằng tất cả chỉ là khổ, là không có thực chất (vô ngã), vì nó không tuân theo ước muốn hay sự kiểm soát của ai cả. Và một sự tin chắc rõ ràng như vậy sẽ tạo thành chánh kiến đạo *(sammādiṭṭhi magga).*

Do đó Đức Phật nói rằng trí về khổ đế là chánh kiến đạo. Khi khổ đế được phân biệt theo tam tướng, vô thường, khổ, vô ngã, ở từng sát na quán, thì công việc tuệ tri ba đế còn lại — tập đế, diệt đế, và đạo đế — cũng được hoàn tất. Nó hoàn tất như thế nào sẽ được bàn đến ở phần đạo đế *(magga saccā).*

Hướng tâm vào việc biết bản chất thực của danh và sắc, tập khởi và sự hoại diệt của chúng theo tam tướng vô thường, khổ và vô ngã tạo thành chánh tư duy đạo *(sammā saṅkappa).* Hai đạo: chánh kiến và chánh tư duy hợp lại thành tuệ đạo *(paññā magga).*

Ba đạo thuộc chánh định (chánh tinh tấn, chánh niệm, và chánh định) đã giải thích ở trên cộng với hai đạo thuộc tuệ (chánh kiến và chánh tư duy) này tạo thành năm đạo được xếp vào nhóm ***sở tác đạo*** (*kāraka maggas*-, 所作道). Sở dĩ chúng được gọi là sở tác đạo vì, theo chú giải, những đạo này trách nhiệm cho việc hoàn tất nhiệm vụ ghi nhận và biết mọi hiện tượng.

Giới đạo bao gồm chánh ngữ, chánh nghiệp và chánh mạng đã được thiết lập ngay trước khi khởi sự hành thiền và chúng được củng cố vững chắc cũng như thanh tịnh hơn trong quá trình thiền. Như vậy, với ba đạo thuộc về giới tổng

cộng có cả thảy tám đạo gọi là đạo đi trước *(pubbabhāga magga),* được tu tập với mỗi sát na ghi nhận các hiện tượng.

CHÁNH TƯ DUY ĐẠO
(Sammā Saṅkappa Magga)

Từ trước đến đây chúng tôi đã giải thích chi tiết xong bảy loại đạo. Bây giờ chúng tôi sẽ tiếp tục xét đến đạo còn lại, đó là chánh tư duy đạo *(sammā saṅkappa magga).*

"Này các Tỷ kheo, thế nào là Chánh tư duy? Tư duy về ly dục, tư duy về vô sân, tư duy về bất hại. Này các tỷ kheo, như vậy gọi là Chánh tư duy."

Tất cả những tư duy hay suy nghĩ về việc làm thiện như thực hiện các nghiệp công đức, xuất gia (sống đời một nhà sư), nghe pháp, và thực hành pháp là những nhân tố của tư duy xuất ly hay tư duy ly dục *(sammā saṅkappa).*

Pabbajjā pathamaṃ jhānaṃ,
Nibbānañca vipassanā
Sabbepi kusalā dhammā,
Nekkhammanti pavuccare

Theo bài kệ trên thì rõ ràng hành thiền minh sát sẽ hoàn thành nhân tố tư duy xuất ly hay tư duy ly dục của chánh tư duy. Những tư duy về sự không sát sanh và ước mong hạnh phúc cho người khác tạo thành tư duy vô sân *(abyāpāda saṅkappa).* Đặc biệt khi thiền tâm từ được tu tập,

nhân tố tư duy vô sân này kể như đã được hoàn thành. Những tư duy về sự quan tâm đến người khác, và lòng nhân từ tạo thành tư duy vô hại *(avihimsa saṅkappa),* đặc biệt nó được hoàn thành khi một người hành thiền tâm bi.

Trong tiến trình thiền minh sát, vì ý nghĩ sát sanh hay độc ác đối với đối tượng giác quan không có cơ hội khởi lên khi đang quán, nên có thể xem hai nhân tố của chánh tư duy đã được hoàn thành với mỗi sát na ghi nhận. Tuy nhiên tư duy trong thiền minh sát không phải là luyện tập về sự nhận thức có chủ ý. Nó chỉ là sự uốn nắn tâm một cách nhẹ nhàng hay hướng tâm đến việc nhận thức thực tánh của danh và sắc, bản chất sanh và diệt cũng như sự thực vô thường, khổ và vô ngã của chúng mà thôi.

Chúng tôi đã thuyết giảng đầy đủ về Đạo Căn Bản *(Mūla Magga)* cũng như tám chi đạo minh sát hay gọi cách khác là đạo đi trước *(pubbabhāga magga)*. Khi minh sát đạo được tu tập viên mãn, nó chuyển thành Thánh Đaọ dẫn đến sự chứng ngộ Niết-Bàn. Do đó *pubbabhāga magga* cũng có thể được gọi như tiền đạo báo trước Thánh Đạo theo sau nó. Nói cách khác chúng tạo thành phần đầu và phần cuối tương ứng của cùng tiến trình Đạo. Như vậy, để đạt đến Thánh Đạo, phần cuối của Đạo, thì Minh Sát Đạo, phần đầu của nó phải được hoàn tất trước. Theo cách này, Thánh Đạo, giai đoạn cuối của Đạo, tự nó sẽ phát triển.

Có thể đưa ra một minh hoạ như thế này, giả sử một người muốn nhảy qua một con suối, họ phải chạy thật nhanh

(để lấy đà) và nhảy qua. Một khi họ đã nhảy rồi, họ không cần phải vận dụng nỗ lực nữa. Họ sẽ tự động đáp xuống ở bên kia con suối. Việc tu tập minh sát đạo cũng giống như chạy nhanh đến con suối và nhảy qua vậy. Đáp xuống phía bên kia của con suối có thể so sánh với sự chứng đắc Thánh Đạo do kết quả của động lượng hay đà có được từ minh sát đạo. Do đó chúng tôi sẽ tóm tắt lại như sau:

Căn bản, điềm báo trước, Thánh Đạo,
Tu tập chúng sẽ dẫn đến Niết Bàn.

Hết Phần III

ĐẠI KINH CHUYỂN PHÁP LUÂN
PHẦN IV

KHỔ ĐẾ (DUKKHA SACCA)

Idaṃ kho pana, bhikkhave, dukkhaṃ ariyasaccaṃ – jātipi dukkhā, jarāpi dukkhā, byādhipi dukkho, maraṇampi dukkhaṃ, appiyehi sampayogo dukkho, piyehi vippayogo dukkho, yampicchaṃ na labhati tampi dukkhaṃ – saṃkhittena pañcupādānakkhandhā [pañcupādānakkhandhāpi (pī. ka.)] dukkhā.[6]

Đoạn Kinh Pāḷi trên đưa ra sự định nghĩa và liệt kê về khổ đế. Câu *'byādhipi dukkho'* (bệnh là khổ) có vẻ xa lạ, không tìm thấy trong những định nghĩa Pāḷi về khổ đế cung cấp ở các bản kinh khác. Đồng thời, những từ *'soka parideva dukkha domanassupāyasāpi'* (sầu, bi, khổ, ưu, não) đi liền sau *'maraṇampi dukkhaṃ'* (chết là khổ) ở các bản kinh khác lại bị khuyết trong bản kinh Chuyển Pháp Luân hiện tại này. Rõ ràng có một sự bất đồng giữa Kinh Chuyển Pháp Luân và các bản kinh khác trên sự định nghĩa về khổ đế mà chúng ta cần phải xem xét.

XÉT LẠI SỰ KHÁC BIỆT

Sāratthа Dīpanī, phụ chú giải của Tạng Luật *(Vinaya)* đã đưa ra những nhận xét có tính phê phán về sự khác biệt giữa những bản kinh đã nói ở trên như sau: *"câu 'byādhipi*

[6] Kinh Chuyển Pháp Luân (Dhammacakka Sutta)

dukkho' (bệnh là khổ) không xuất hiện trong phần định nghĩa chi tiết về khổ đế đưa ra trong bộ Phân Tích (Vibhanga) của Tạng Diệu Pháp. Vì thế cho nên Thanh Tịnh Đạo (Visuddhi Magga) khi đưa ra định nghĩa toàn diện về khổ đế không bao gồm câu 'bệnh là khổ' mà vốn chỉ có trong Kinh Chuyển Pháp Luân, này vào đó. Một sự ngiên cứu cẩn thận cần phải được thực hiện liên quan đến lý do tại sao câu này chỉ xuất hiện trong Kinh Chuyển Pháp Luân mà không có trong bất kỳ bản kinh nào khác." Bộ này nói tiếp: *"Lại nữa, trong định nghĩa về khổ đế của bộ Phân Tích thuộc Tạng Diệu Pháp, những chữ 'soka parideva dukkha domanassupāyasāpin dukkha' (sầu, bi, khổ, ưu, nào là khổ) đi liền sau câu "maranami dukkha" (chết là khổ). Trong khi những chữ này không có trong Kinh Chuyển Pháp Luân. Tại sao lại như vậy cũng là điều cần xem xét một cách kỹ lưỡng."*

Tác giả của bộ phụ chú giải dường như không vui gì lắm đối với những định nghĩa khác nhau này trong các bản kinh. Do đó vị ấy đã khôngđưa ra bất kỳ sự bình luận nàovề những chữ 'bệnh là khổ'mà vốn không có mặt trong các bản kinh khác và chú giải thì lại giữ thái độ im lặng. Chúng tôi đã chọn sự gợi ý mà tác giả của bộ phụ chú giải đề nghị để tiến hành một sự kiểm tra vào những khác biệt này và đã truy tìm lý do tại sao những khác biệt ấy xảy ra.

Chắc chắn Đức Phật không thể không đưa ra một sự định nghĩa nhất quán về khổ đế trong mọi bài pháp nói về đề tài ấy. Vì thế, chúng tôi đã đi đến kết luận rằng các vị

Trưởng Lão thọ trì Tạng Luật, những vị chuyên nghiên cứu về Tạng Luật, không tinh thông trong những vấn đề liên quan đến Tạng Kinh và Tạng Diệu Pháp, đã bỏ những chữ *'soka parideva dukkha domanassupāyasāpin dukkha'* (sầu, bi, khổ, ưu, nào là khổ) và chèn những chữ *'byādhipi dukkho'* (bệnh là khổ) vào bài Kinh Chuyển Pháp Luân trong Mahāvagga (Đại Phẩm) của Tạng Luật *(Vinaya Piṭaka)*. Như vậy, bản Kinh Chuyển Pháp Luân của họ trong Tạng Luật khác với bản ở Tạng Kinh và Tạng Diệu Pháp.

Kết luận của chúng tôi được dựa trên sự suy xét rằng các bản chú giải về Kinh và Vi Diệu Pháp khi đưa ra những giải thích cho định nghĩa ngắn gọn của nó về Khổ Đế không cung cấp bất kỳ một chú thích nào về 'Bệnh Là Khổ' *(byādhipi dukkho)* mà chỉ chú thích cho 'sầu, bi, khổ, ưu, não là khổ' *(soka parideva dukkha domanassupāyasāpin dukkha),* và trên sự kiện rằng các bản phụ chú giải cũng không đề cập đến những điểm khác nhau trong Kinh Tạng.

Tác giả của bộ phụ chú giải *'Sārattha Dīpanī'* là một vị Trưởng Lão sống trong thời kỳ cai trị của đức Vua Prakama Bāhu, nghĩa là từ giữa năm 1153 và năm 1186. Tong khi các nhà chú giải và phụ chú giải từ Trưởng Lão Buddhaghosa đổ xuống đến Trưởng Lão Dhammapāla sống vào khoảng 1300 đến 1600 năm trước. Các vị cổ đức này đã viết những giải thích về Kinh Chuyển Pháp Luân, một bài kinh nằm trong Tương Ưng Sự Thực *(Saccā Saṃyutta)*, của Tương Ưng Bộ Kinh, mà không đề cập gì đến sự khác biệt trong các bản

Kinh. Sự im lặng của họ đơn giản là vì Kinh Chuyển Pháp Luân có mặt lúc đó (trong Tạng Luật) không khác với những bản kinh Pāḷi của Tạng Kinh và Tạng Diệu Pháp.

Tuy nhiên, lúc tác giả của bộ phụ chú giải Sāratthа Dīpanī xuất hiện khoảng 500 năm sau đó, sự bất đồng đã nảy sanh giữa các bản kinh Pāli mà vị ấy là người phát hiện ra đúng lúc. Chính vì thế vị ấy đã mạnh mẽ thúc giục phải có một sự xem xét cấp bách và một sự điều tra cẩn thận về nguyên nhân có sự khác nhau giữa các bản kinh này.

Nếu chúng ta cho rằng ngay bài pháp đầu tiên Đức Phật đã đưa ra một sự định nghĩa về Khổ Đế khác với các bản kinh khác, điều đó sẽ có nghĩa là chúng ta chấp nhận quan niệm cho rằng Đức Phật bắt đầu với một định nghĩa về Khổ ở bài pháp đầu tiên, rồi sau đó thay đổi định nghĩa ấy ở một bản kinh khác. Loại quan niệm này sẽ là hoàn toàn không thích hợp. Một nghiên cứu thích đáng sẽ cho thấy rằng Đức Phật, người mà trí về các pháp không bị ngăn ngại, có đầy đủ với toàn giác trí *(sabaññuta ñāṇa)*, từ đầu đến cuối đã đưa ra một sự định nghĩa nhất quán, tuy nhiên sau đó, các vị mang Tạng Luật (các vị Trưởng Lão thọ trì Tạng Luật), do sự hiểu biết và trí nhớ còn thiếu khuyết, đã khiến cho sự không nhất quán này lẻn vào các bản Kinh trong quá trình lưu truyền từ thế hệ này sang thế hệ khác. Những trường hợp không nhất quán trong nguyên văn thời hiện đại này ai cũng biết. Các bản chú giải và phụ chú giải được thấy ở mỗi nước mỗi khác. Một điều hiển nhiên là những bất đồng như vậy

không có mặt trong các bản kinh nguyên thuỷ, mà chỉ phát triển ở những giai đoạn sau đó mà thôi.

Sau khi nghiên cứu cẩn thận như đã trình bày ở trên, chúng tôi đi đến kết luận rằng các bản kinh khác là chính xác và rằng Kinh Chuyển Pháp Luân mà giờ đây trong một phạm vi nào đó, nhất là phần định nghĩa về Khổ Đế đã có những chữ phụ thêm vào, đó là chữ ‘Bệnh Là Khổ’ *(byādhipi dukkho)* trong khi những chữ ‘sầu, bi, khổ, ưu, não là khổ’ *(soka parideva dukkha domanassupāyasāpin dukkha)* lại bị bỏ khuyết. Kết luận của chúng tôi cũng dựa trên sự cân nhắc rằng chữ ‘bệnh’ (*byādhi*: 病) được bao gồm trong chữ ‘Khổ’ *(dukkha)* của câu ‘sầu, bi, khổ, ưu, não là khổ’ *(soka parideva dukkha domanassupāyasāpin dukkha)*, trong khi ‘soka’ (sầu)…không được bao quát bởi từ ‘bệnh’ này.

Do đó chúng tôi tin rằng những bản kinh mang đoạn ‘sầu, bi, khổ, ưu, não là khổ’ *(soka parideva dukkha domanassupāyasāpin dukkha)* không có những chữ ‘Bệnh Là Khổ’ *(byādhipi dukkho)* là chính xác và hợp với những lời dạy trong Kinh của Đức Phật. Sở dĩ chúng tôi thực hiện sự nghiên cứu tỷ mỉ về những bản kinh khác nhau trên là vì chúng tôi có ý định dùng bản kinh sau mà chúng tôi cho là chính xác hơn trong bài giảng pháp của chúng tôi vậy.

ĐỊNH NGHĨA CHÍNH XÁC VỀ KHỔ ĐẾ TRONG KINH ĐIỂN PĀLI

"Idaṃ kho pana, bhikkhave, dukkhaṃ ariyasaccaṃ – jātipi dukkhā, jarāpi dukkhā, maraṇampi dukkhaṃ, soka parideva dukkha domanassupāyasāpi dukkha , piyehi vippayogo dukkho, appiyehi sampayogo dukkho. Yampicchaṃ na labhati tampi dukkhaṃ – saṃkhittena pañcupādānakkhandhā."

"Này các Tỳ-kheo, Đây là Thánh đế về Khổ, hay sự thực về khổ mà các bậc Thánh nên biết. Sanh là khổ, già là khổ, chết là khổ, sầu, bi, khổ, ưu, não là khổ, ái biệt ly là khổ, oán gặp nhau là khổ, cầu không được là khổ (chú giải nói rằng mong có được <người hay vật gì đó> nhưng không đạt được những gì mình muốn cũng là khổ). Tóm lại, năm thủ uẩn (năm uẩn tạo thành đối tượng của chấp thủ hay nhóm danh-sắc chấp thủ khái niệm Tôi, của tôi, thường, lạc, ngã...) là khổ".

TỨ THÁNH ĐẾ

Có rất nhiều hệ thống tín ngưỡng hiện hữu trong thế gian, mỗi tín ngưỡng đều diễn giải quan điểm riêng của mình về những gì mà nó xem là bản chất của Chân Lý. Giáo lý của những tín ngưỡng khác không y cứ trên sự chứng ngộ tự thân về Chân Lý, mà chỉ đơn thuần dựa trên tư duy suy đoán. Tín đồ của họ cũng chấp nhận những giáo lý ấy không qua kinh nghiệm tự thân, mà chỉ dựa vào đức tin thuần tuý. Tất cả những giáo lý ấy đều nằm ngoài Đạo Phật và bao gồm

trong sáu mươi hai tà kiến đã được Đức Phật liệt kê trong Kinh Phạm Võng *(Brahmajāla Sutta)*.

Tuy nhiên, sự suy đoán không có chỗ đứng trong Giáo Pháp của Đức Phật. Chân Lý mà ngài dạy được chính ngài khám phá bằng tuệ giác của mình. Tứ Thánh Đế cùng với những định nghĩa của chúng cũng vậy, có được do thắng trí thể nhập của ngài, và được tu tập theo Trung Đạo hay còn gọi là Bát Thánh Đạo (mà như đã nói ở trên, đưa đến thắng trí và tạo ra tuệ thể nhập). Tứ Thánh Đế ấy là:

1. *Khổ Đế (Dukka saccā).*
2. *Tập Đế (Samudaya Saccā)*
3. *Diệt Đế (Nirodha Saccā)*
4. *Đạo Đế (Magga saccā)*

Điều thiết yếu nhất là phải biết Bốn Chân Lý này. Chỉ khi nắm bắt được ý nghĩa của Khổ Đế, người ta mới tránh được Khổ và để tránh khổ, nhân sanh của khổ (Khổ Tập) cũng phải được biết. Lại nữa, để thành tựu sự diệt khổ, nhất thiết phải có trí hiểu biết về những gì tạo thành sự diệt đích thực của khổ (Khổ Diệt). Cuối cùng, sự diệt khổ không thể xảy ra nếu không có sự hiểu biết về con đường thực hành để hoàn thành nó (Đạo Diệt Khổ). Vì vậy trí hiểu biết về Tứ Thánh Đế là điều cần thiết không thể thiếu được.

Sau khi đã nêu lên bốn Chân Lý thiết yếu này, Đức Phật liệt kê chúng theo trình tự. Chân lý thứ nhất đề cập đến Sự Thực của Khổ (Khổ Đế), được ngài mô tả như sau: *1.*

Sanh, 2. Già, 3. Chết, 4. Sầu, 5. Bi, 6. Khổ, 7. Ưu, 8. Não, 9. Oán tắng hội (gần gũi người hay vật mình không thích), 10. Ái biệt ly (chia lìa người hay vật mình yêu mến), 11. Cầu bất đắc (không được những gì mình monh muốn), 12. Tóm lại, năm thủ uẩn là khổ. Đây là phần dịch của đoạn kinh Pāḷi đã trích dẫn ở trên.

SANH LÀ KHỔ (JĀTI DUKKHA)

Nói đến tái sanh là muốn nói đến sự tan hoại của Danh-Sắc (thân và tâm)vào sát na cuối cùng trong kiếp trước và sau khi chết. Sát na đầu tiên của sự hình thành danh-sắc mới trong một hiện hữu mới là do nghiệp *(kamma)* tạo diều kiện hay làm duyên. Sự hình thành đầu tiên phục vụ như một mắc xích nối kết với kiếp sống quá khứ này được định danh là kết sanh, hay tái sanh (結生, 再生), đó là sự hình thành ban đầu của danh và sắc mới. Nếu sự hình thành này xảy ra trong bào thai của một người mẹ, chúng ta có sự thụ thai trong bào thai hay kết sanh thai sanh, *gabbhaseyaka paṭisandhi*, có thể có hai loại: Noãn sanh, *aṇḍaja paṭisandhi* (卵生結生, noãn sanh kết sanh), khi sự thụ thai xảy ra trong trứng ở dạ con, và kết sanh thai sanh, *jalābuja paṭisandhi* (結生胎生), khi phôi phát triển tự do trong dạ con cho đến khi sự sanh xảy ra.

Sự thụ thai trong dạ con, theo kinh điển Đạo Phật, khởi nguyên từ tinh cha huyết mẹ. Tây y thì quan niệm rằng thụ thai xuất phát từ sự kết hợp giữa tinh trùng của người cha

và trứng của người mẹ. Hai quan niệm trên có thể được hoà hợp bằng cách xem tinh trùng của người cha và máu huyết của người mẹ có liên quan trong vấn đề thụ thai. Sự kết hợp của tinh cha và huyết mẹ này, dẫn đến sự hình thành của danh và sắc quả mới, tạo nên cái chúng ta gọi là tái sanh mà vốn có thể xảy ra hoặc trong khổ thú *(apāya, địa ngục, ngạ quỷ súc sanh…)* hoặc trong cõi người do bất thiện nghiệp hoặc thiện nghiệp quá khứ tương ứng làm duyên.

Sự thụ thai trong môi trường ẩm ướt như rêu v.v…(*samsedaja* 濕生, thấp sanh), tiêu biểu cho sự đi vào hiện hữu của các loài ấu trùng v.v…Các chúng sanh vô hình không thể thấy bằng mắt thường như chư thiên, dạ xoa, ngạ quỷ và những cư dân trong cõi địa ngục gọi là hoá sanh hay tự sanh, *opapātika* (化生 hay 往 生, hoá sanh hay vãng sanh), với tâm và thân đã phát triển đầy đủ.

Trong tất cả bốn loại thụ thai này, sát na đầu tiên của sự thụ thai hay hình thành gọi là *jāti* (sanh), đó là sự bắt đầu của một hiện hữu mới. Tất nhiên, ở sát na sanh đầu tiên này khổ hay đau đớn không có mặt, nhưng vì lẽ sự sanh khởi đầu tiên của sự sống này được xem như một căn cứ cho sự xuất hiện sau đó của khổ thân và khổ tâm trong suốt kiếp sống tiếp theo, nên sanh *(jāti)* được cho là ‘khổ’. Nó cũng giống như đặt bút ký vào một văn kiện đáng ngờ nào đó. Tất nhiên vào lúc ký văn kiện không có gì phiền phức hết, nhưng vì nó chắc chắn sẽ làm phát sanh những rắc rối về sau, nên hành

động ký vào hồ sơ có nghĩa là đã dính líu vào chuyện rắc rối hay nói cách khác là đã liên luỵ đến 'Khổ' rồi vậy.

Để làm sáng tỏ thêm, Khổ có thể được phân làm bảy loại:

1. *Dukkha dukkha (Khổ-khổ)*
2. *Viparināma dukkha*
3. *Saṅkhāra dukka*
4. *Paṭicchanna dukkha*
5. *Apaṭicchanna dukka*
6. *Pariyāya dukkha*
7. *Nippariyāya dukkha*

DUKKHA DUKKHA (KHỔ-KHỔ)

Trong bảy loại này, những đau đớn, nhức nhối, và khó chịu ở thân là một hình thức của khổ, trong khi những lo lắng, sầu khổ, bất hạnh và buồn phiền tạo thành một hình thức của khổ khác. Hai hình thức này kết hợp với nhau tạo thành loại khổ thứ nhất — *Dukkha-dukkaha (Khổ-khổ)*. Ở đây vì bản chất của nó là khổ, tên gọi của nó cũng là khổ, nên nó là *dukkha-dukkha (khổ khổ)*, cái khổ mà các hữu tình chúng sanh ai nghĩ đến cũng đều kinh hãi.

- *Ghi nhớ: cái khổ không thể chịu đựng được của thân và tâm là khổ-khổ.*

VIPARINĀMA DUKKHA (HOẠI KHỔ)

Những cảm thọ lạc ở thân phát sanh do sự xúc chạm vừa lòng gọi là thân lạc *(kāya sukha)*; những trạng thái hân hoan của tâm phát sanh do nhớ lại các dục trần khả ái gọi là tâm lạc *(cetasika sukha)*; hai trạng thái sung sướng này làm vừa lòng mọi người, mọi sinh vật. Có thể nói, cả ngày lẫn đêm, tất cả mọi chúng sanh đều đuổi theo hai trạng thái hạnh phúc này, thậm chí liều cả mạng sống để có được chúng, và cho dù có đạt được, thì hạnh phúc của họ cũng không có giới hạn. Tuy nhiên, trong khi họ đang ngây ngất thoả mãn niềm vui, nếu những dục trần đem lại cho họ sự thích thú và khoái lạc ấy biến mất hay bị tiêu hoại đi, thì sự kích động và đau buồn của họ sẽ là rất lớn.

Khi của cải họ tích luỹ được dưới hình thức vàng, bạc, bất ngờ vì một lý do nào đó mất đi; khi cái chết hay sự chia lìa xảy đến với một người thân như vợ chồng hay con cái trong gia đình của họ, sầu khổ và ưu não cùng cực sẽ phát sanh, thậm chí còn có thể gây ra sự loạn trí. Như vậy hai hình thức của lạc này, thân lạc *(kāya sukha)* và tâm lạc *(cetasika sukha)*, cũng là một loại khổ được gọi là hoại khổ *(Viparināma dukkha)*, nghĩa là khổ do sự thay đổi, biến hoại. Khi lạc này tồn tại, chúng có vẻ như rất thú vị, chỉ bị thay thế bằng sầu khổ và ưu não cùng cực khi chúng biến hoại mà thôi.Vì vậy chúng cũng là khổ.

- *Ghi nhớ: Lạc phát sanh từ sự thoải mái của thân và hoan hỷ của tâm được gọi là Hoại Khổ (Viparināma dukkha)*

SAṄKHĀRA DUKKHA (HÀNH KHỔ)

Cảnh bình thường mà một người thấy, nghe hay tiếp xúc hàng ngày, những dục trần bình thường như vậy không làm khởi lên một cảm thọ lạc cũng không kích thích một cảm thọ khổ hay khó chịu. Tình trạng trung hoà mà bản chất của nó vốn không khổ, không lạc này được đặt tên là thọ xả *(upekkhā vedanā).* Tuy nhiên, xả trung tính này không thường hằng. Nó đòi hỏi phải có một sự duy trì liên tục những điều kiện cần thiết cho sự tương tục của nó. Dĩ nhiên, điều này hàm ý phải có một nỗ lực gian khó, và đó chính là Khổ. Vì vậy cảm thọ xả, hay không lạc không khổ này được đặt tên là Hành Khổ *(saṅkhāra-dukkha).* Ngoài thọ xả này ra, tất cả các hành danh và sắc khác của cõi thế gian cũng được gọi là Hành Khổ *(saṅkhāra-dukkha),* vì chúng cần phải tạo điều kiện không ngừng.

- *Ghi nhớ: Thọ xả và các hành danh&sắc của cõi thế gian (hiệp thế) được gọi là Hành Khổ (saṅkhāra-dukkha).*

Thọ lạc, để duy trì nó, cũng đòi hỏi phải được tạo điều kiện không ngừng , như vậy đúng lẽ nó phải được xếp vào loại Hành Khổ, nhưng các nhà chú giải bỏ nó ra khỏi sự phân loại này vì nó đã được đặt cho một tên riêng là Hoại Khổ *(Viparināma dukkha).* Tuy thế, nó cũng phải được xem như Hành Khổ vì điều dễ hiểu là để duy trì nó cần phải có một sự áp dụng đáng kể.

Ba loại khổ vừa giải thích ở trên cần phải được hiểu rõ vì một sự nắm bắt thấu đáo ba loại khổ này sẽ giúp ích cho chúng ta rất nhiều trong việc tuệ tri Khổ Đế.

PAṬICCHANNA DUKKHA
(隱覆苦 Ẩn Phú Khổ)

Những sự đau đớn ở thân như đau tai, đau răng, đau đầu, no hơi sình bụng v.v…và những nỗi đau trong tâm phát sanh do cầu bất đắc, ham muốn thiêu đốt, thất vọng, sầu tủi và lo lắng được gọi là 'Khổ Che Dấu', *Paṭicchanna Dukkha* (隱覆苦 Ẩn Phú Khổ), bởi vì chỉ người đang khổ mới biết chúng còn người ngoài chỉ biết được khi người này biểu lộ ra mà thôi. Vì khổ này không hiển thị công khai, nên nó cũng được gọi là 'Khổ Không Hiển Lộ Rõ' *(Apākata Dukkha* 不明的 苦, *Bất Minh Đích Khổ).*

APAṬICCHANNA DUKKHA
(不覆藏的苦 Bất Phú Tàng Đích Khổ)

Những đau đớn ở thân do dao cắt, giáo đâm, đạn bắn không bị che dấu mà hoàn toàn rõ ràng và hiển lộ ra ngoài một cách công khai. Vì thế nó được gọi là 'Khổ Phơi Bày' (*Apaṭicchanna Dukkha*, 不覆藏的苦 *Bất Phú Tàng Đích Khổ*), hay

'Khổ Minh Bạch', *Pakata Dukkha* (明白的苦, *Minh Bạch Đích Khổ*).

PARIYĀYA DUKKHA
(理由苦 Lý Do Khổ)

Tất cả các hành danh và sắc có thể làm phát sanh những nỗi đau ở thân và tâm không nằm trong cái khổ chính yếu nhưng vì chúng được xem như căn cứ cho khổ dưới hình thức này hay hình thức khác, cho nên chúng được gọi là Lý Do Khổ (*Pariyāya Dukkha* 理由苦). Xét về cái khổ mà chắc chắn sẽ phát sanh từ chúng (các hành danh sắc) thì hoàn toàn đáng sợ. Như trong nhưng ví dụ vừa nêu, nó đáng sợ giống như bắt người nào phải bảo đảm một sự giao dịch bằng cách ký một khế ước phải thực hiện sự đền bù sau đó vậy.

NIPPARIYĀYA DUKKHA
(直接 Trực Tiếp Khổ)

Khổ Khổ *(dukkha-dukkha)* là loại khổ nội tại. Hoạt động của nó không có tính cách gián tiếp, và do đó nó được gọi là Khổ Trực Tiếp *(nippariyāya dukkha)*.

Trong bảy loại khổ này, *jāti* hay thọ sanh trong một hiện hữu mới nằm dưới nhóm Lý Do Khổ (*Pariyāya Dukkha* **理由苦**) theo cách phân loại kể trên. Tất cả các loại khổ

trong địa ngục như bị lửa địa ngục thiêu đốt, ngục tốt hành hạ trong hàng triệu năm, phát sanh do tái sanh trong địa ngục như hậu quả của bất thiện nghiệp quá khứ. Tất cả các loại khổ trong cõi ngạ quỷ như đói khát, lửa thiêu đốt trong hàng triệu triệu năm, phát sanh do tái sanh trong cõi ngạ quỷ như hậu quả của một nghiệp bất thiện. Những khổ sở, gian nan trong cõi súc sanh mà những con vật như trâu, bò, voi, ngựa, chó, heo, gà, chim, dê, cừu, sâu bọ…phải chịu do tái sanh trong kiếp cầm thú.

Cái khổ của con người được biểu thị bằng sự thiếu thốn những nhu cầu cần thiết cho sự sống như thực phẩm, áo quần, v.v…phát sanh do tái sanh trong kiếp người. Ngay cả khi những nhu cầu ấy có được cung cấp đầy đủ như trường hợp của những người giàu có, thì cũng không thoát khỏi khổ, cái khổ giáng xuống họ dưới hình thức của những nỗi đau thể xác cũng như tinh thần do ốm đau, bệnh tật hay ước muốn không thành, sợ hãi kẻ thù và tuổi già…bức bách. Tất cả những nỗi khổ này xảy ra do tái sanh trong cõi người. Như vậy, do là căn cứ cho tất cả những khổ đau diễn ra trong suốt kiếp người nên Jāti (Sanh) được xem là khổ *(dukkha).*

NỖI KHỔ TRONG THAI MẸ

Khi một người nhập mẫu thai, họ xuất hiện trong cái dạ con gớm guốc nằm ở giữa bao tử, chứa đầy với thức ăn chưa tiêu hoá, và trực tràng, chỗ chứa những chất bài tiết

như phân, nước tiểu, cái thực thể ấy dựa vào tinh cha và huyết mẹ, quả thực rất đáng ghê tởm! Ngay cả nghĩ đến việc phải ở lại trong cái đống tinh huyết dơ bẩn ấy đã khiến người ta kinh tởm, và buồn nôi rồi vậy. Và dù cho người ta đi vào bào thai con người hay bào thai của một con bò hay một con chó, họ cũng không hay biết.

Khoảng hai mươi, ba mươi năm trước, một vị Pháp sư thường ngâm một bài kệ nói về 'Cái nôi Pháp *(Dhamma)*, cái nôi ngọc' trong các buổi thuyết pháp của ngài. Bài kệ mô tả các loại nôi khác nhau từ những cái nôi bằng vàng nạm ngọc dành cho những đứa bé trong hoàng tộc đến những cái thúng xấu xí, tồi tàn của những gia đình nghèo khó. Một câu trong bài kệ đó đặt câu hỏi, *'Tuổi già dần dần lẻn đến. (không biết) Bạn sẽ hướng về cái nôi nào?'* Câu hỏi đó rất thích đáng vì sau tuổi già thì cuối cùng cái chết sẽ đến. Và nếu tham ái *(taṇhā)* vẫn còn, cái chết chắc chắn sẽ được theo sau bởi tái sanh. Cho dù một người có được tái sanh trong cõi nhân loại, thì chắc chắn họ cũng phải bắt đầu cuộc đời trong cái nôi này hay cái nôi khác. Vấn đề là 'Loại nôi nào', nôi vàng nạm ngọc chờ đợi những người có nhiều thiện nghiệp; trong khi những người chất nặng với ác nghiệp sẽ hướng thẳng tới một cái thúng tồi tàn trong một gia đình thấp hèn. Bài kệ là một lời cổ vũ thúc đẩy người ta làm những điều thiện để bảo đảm có một cái nôi cao cấp trong kiếp kế của họ.

Giờ đây chúng tôi cũng sẽ thúc giục quý vị hãy tư duy một lúc về câu hỏi bào thai của người mẹ nào quý vị định đi

đến? Và hãy nhớ đến cái khổ đáng sợ đi kèm với tái sanh đồng thời cố gắng thực hành để chấm dứt tử sanh luân hồi. Cho dù quý vị vẫn chưa thể phấn đấu để đạt đến sự giải thoát tối hậu, ít nhất quý vị cũng phải cố gắng để bảo đảm để không phải đi đến những sanh thú thấp kém.

Từ trước đến đây, những gì chúng tôi mô tả là làm thế nào để đương đầu với cái khổ đáng sợ của tái sanh từ lúc đi vào bào thai người mẹ, và những cái khổ theo sau khác trong suốt giai đoạn thai nghén chín tháng mười ngày. Khi người mẹ thình lình chuyển động, ngồi xuống, đứng lên, người ta phải chịu cái khổ cùng cực giống như một đứa bé bị một gã say rượu xoay vòng vòng hay như một con rắn nhỏ rơi vào đôi tay của người bắt rắn. Sinh vật bé bỏng nằm trong bào thai của người mẹ thời nay thường hay luyện tập thể thao thì cái khổ phải chịu đựng còn mãnh liệt hơn nữa. Khi người mẹ tình cờ uống vào chất lạnh hay nuốt phải vật gì nóng hay chua, cái khổ của nó trở thành một sự tra tấn thực sự.

KHỔ LÚC SANH

Ngoài ra, người ta nói rằng những đau đớn sản khoa của một người mẹ lúc lâm bồn hành hạ đến nỗi có thể làm cho phải tử vong; nỗi thống khổ mà đứa bé phải chịu cũng không kém và cũng có thể dẫn đến tử vong. Sau khi sanh ra, đứa bé còn phải chịu đựng sự đau đớn khi thân hình mỏng manh của nó được lấy ra bằng đôi bàn tay thô ráp, tắm rửa

và chà lau bằng những miếng vải xù xì, giống như khi cạo những chỗ đau của một vết thương còn non vậy. Những đau đớn mô tả ở trên liên quan đến cái khổ mà một người phải trải qua từ lúc thụ thai cho đến lúc sanh ra.

CÁI KHỔ TRONG SUỐT KIẾP SỐNG

Dĩ nhiên sau đó đứa bé sẽ còn phải chịu những nỗi khổ và khó chịu khác như tê cứng, nóng, lạnh, ngứa ngáy trong khi nó còn quá nhỏ để có thể tự mình có thể làm giảm nhẹ chúng bằng cách thay đổi tư thế như nhúc nhích, lắc qua lắc lại, ngồi dậy hoặc đứng lên…Rồi khi nó lớn lên và đối diện với những vấn đề sinh kế, vô số những khó khăn nữa chắc chắn sẽ theo sau. Nó sẽ phải chịu đựng những sự ngược đãi và chèn ép bởi người khác, những bệnh tật và ốm đau…

Sở dĩ người ta phải trải qua tất cả những nỗi khổ này đơn giản là vì họ đã mang lấy một hiện hữu mới hay nói khác hơn họ đã tái sanh. Do đó, Sanh *(Jāti)*, nền tảng của mọi khổ đau trong suốt kiếp sống, được Đức Phật định nghĩa là Dukkha *(Khổ)*. Một sự suy xét cẩn thận sẽ xác nhận được tính chính xác của định nghĩa này. Tái sanh thực sự đáng sợ giống như ký vào một văn kiện mà sau đó sẽ phải đương đầu với những rắc rối vậy. Vì thế, Sanh là Khổ vì sự đáng sợ của nó. Tóm lại, những khổ thân và khổ tâm có mặt là do Tái Sanh *(jāti)* trong mỗi kiếp sống. Chỉ khi không còn tái sanh nữa thì mới có sự giải thoát hoàn toàn khỏi những khổ đau

này. Đó là lý do tại sao Đức Phật dạy rằng chính khởi nguyên của sự hiện hữu mới, hay chính tái sanh (jāti) là khổ.

- *Ghi nhớ:*
  1. *Phải đối diện với Khổ trong mỗi hiện hữu mới.*
  2. *Không Tái Sanh (Jāti), không Khổ.*
  3. *Sanh (Jāti) là Khổ.*

GIÀ LÀ KHỔ (JARĀ DUKKHA)

Già có nghĩa là trở nên tóc bạc, răng rụng, da nhăn, lưng còng, tai điếc, mắt mờ, hay nói cách khác, tình trạng suy tàn đã bắt đầu và có thể nhận ra trong các danh uẩn và sắc uẩn của một kiếp sống. Tuy nhiên cái già của tâm không được rõ ràng như vậy; những dấu chỉ của nó như kém trí nhớ và lẫn *(lẩm cẩm lúc tuổi già)* chỉ trở nên đáng chú ý khi người ta đã rất già.

Cái già của thân diễn ra suốt cuộc đời thì hoàn toàn không thể lầm được, nhưng cũng chỉ đáng chú ý khi người ta đã khá già và không còn trẻ trung nữa. Thân dưới mười tuổi không giống như khi trên mười tuổi. Có một sự thay đổi liên tục ở diện mạo bên ngoài. Trên hai mươi và ba mươi người ta đã khoác lấy một diện mạo hoàn toàn khác với diện mạo những ngày còn trẻ hơn. Những thay đổi này là những dấu chỉ của tuổi già đang diễn ra. Tuy nhiên ở đây, khi nói tới Jarā *(Già)*, chúng tôi muốn nói tới tình trạng suy tàn theo nghĩa trở nên tóc bạc, da nhăn…có thể thấy rõ được.

Trong Phật học *Jarā* hay Già chỉ liên quan đến sát na trụ *(thiti)* của các uẩn danh và sắc chứ không có tính chất khổ như nó đang là: tuy nhiên do già mà tình trạng không còn sinh lực của toàn bộ cấu trúc cơ thể xuất hiện, như sự suy yếu về thị lực và thính lực, sự hao mòn của khứu giác và vị giác, sự mệt mỏi của thể lực, sự trở nên không còn hấp dẫn, sự biến mất của tuổi trẻ, sự tổn thất của trí nhớ và trí lực, người trẻ bất kính và xem thường *(như bị gọi là 'con người cổ hủ', 'ông già', 'bà già'...)*, xã hội đối xử như một sự trở ngại (cho tiến bộ). Tất nhiên, những bất lực ấy làm phát sanh sự khổ thân và khổ tâm. Và do nó tạo thành cội nguồn của khổ thân và khổ tâm, Đức Phật nói Già *(Jarā)* là cái Khổ đáng sợ. Thực sự con người ta rất sợ tuổi già. Họ luôn đi tìm những phương tiện và cách thức để đẩy lui sự tấn công của tuổi già. Nhưng hoàn toàn vô vọng. Với tóc bạc, răng long…sự suy tàn đã bắt đầu không thể chuyển đổi được. Như vậy, việc 'già là một nỗi khổ đáng sợ' rõ ràng đến độ chúng ta không cần phải nói thêm chi tiết nữa về nó.

CHẾT LÀ KHỔ (MARANĀ DUKKHA)

Chết có nghĩa là sự diệt của Danh Mạng Quyền và Sắc Mạng Quyền *(Jīvita nāma&rūpa)* từng hoạt động không ngừng từ lúc thụ thai do nghiệp *(kamma)* tạo điều kiện trong một hiện hữu mới. Liên quan đến điều này Đức Phật nói '*Sabbe bhāyantu maccuno*', nghiã là tất cả các chúng sanh đều sợ

chết. Chết do sanh làm duyên, ở đây, chết do bức tử, chết do những nguyên nhân tự nhiên, chết do chấm dứt tuổi thọ, chết do hết quả nghiệp thiện đều là những từ đồng nghĩa mô tả cùng một hiện tượng, đó là sự diệt của Danh và Sắc Mạng Quyền.

Chết chỉ có nghĩa là sát-na hoại của danh mạng quyền và sắc mạng quyền, và tự nó không phải là sự đau đớn hay đau khổ gì cả. Tuy nhiên, khi cái chết đến, người ta phải từ bỏ xác thân và để lại đằng sau những người thân yêu gần gũi nhất của mình, từ bỏ quyến thuộc, và bạn bè cùng với tất cả tài sản của mình. Ý nghĩ về việc lìa bỏ kiếp sống hiện tại sẽ làm cho họ rất sợ hãi, và hầu như trước cái chết mọi chúng sanh đều sợ hãi. Không biết chắc mình sẽ sanh về đâu sau khi chết cũng làm cho con người kinh hoàng nữa. Chính do bản chất đáng sợ của nó này mà Đức Phật đã mô tả chết là khổ.

Theo chú giải, người ác đè nặng với quá khứ tội lỗi, lúc lâm chung sẽ thấy những ác nghiệp họ đã làm *(kamma - nghiệp)*, hay thấy những dấu hiệu liên quan đến ác nghiệp của họ *(kamma-nimitta) - nghiệp tướng)*, hay thấy những dấu hiệu về cảnh giới ác mà họ sẽ phải thọ sanh sau khi chết *(gati nimitta, thú tướng)*, tất cả những hình ảnh này đem lại cho họ sự đau khổ cực độ về tinh thần. Người thiện, dù tích chứa được những thiện nghiệp, song khi cái chết đến gần, do không thể chịu đựng được sự chia lìa với những người và vật họ yêu mến, nên cũng có những cái khổ như vậy.

Khi cái chết đến gần, mọi người đều phải chịu những cuộc tấn công khốc liệt của bệnh tật, đau ốm vốn tàn phá cơ thể với những cơn đau không thể chịu đựng được. Do chết được xem là căn cứ cho những đau đớn về thể xác và tinh thần như vậy, nên nó đã được Đức Phật định danh là Khổ *(dukkha).*

SẦU LÀ KHỔ (SOKA DUKKHA)

Soka hay sầu là tình trạng ưu tư và lo lắng nơi một người bị xúc động bởi sự mất mát của người thân, tài sản…1. *Khi sự mất mát xảy ra với thân quyến do bị trộm, cướp, dịch bệnh, hoả hoạn, bão lụt, thì bất hạnh này được gọi là Bất Hạnh về Thân Quyến (Ñātivyasana)*; 2. *Khi sự tiêu hoại về tài sản mà nguyên cớ là do hành động của Vua Chúa (chính phủ), trộm cắp, hay hoả hoạn thì nó được gọi là Bất Hạnh về Tài Sản (bhogavyasana); sự suy giảm về sức khoẻ và tuổi thọ do những chứng bệnh ác tính gây ra gọi là Tổn Giảm về Bệnh Tật (rogavyasana); những sai sót trong giới là Tổn Giảm về Giới (sīlavyasana); Trệch khỏi Chánh Kiến rơi vào Tà Kiến là Tổn Giảm về Tri Kiến (diṭṭhivyasana).*

Chúng ta dễ nhận thấy tình trạng buồn phiền với sự lo lắng và ưu tư quá mức này khi một người bị mất những người thân yêu nhất như vợ, chồng, con cái, anh em, chị em…, hoặc khi những tai hoạ về kinh tế xảy đến với họ. Nói đúng ra sầu *(soka)* chính là thọ ưu *(domanasa vedanā)*, và như

vậy nó là cái khổ nội tại hay Khổ Khổ *(dukkha-dukkha).* Tình trạng kiệt sức do sầu lo gây ra rất có thể sẽ khiến cho người ta mắc chứng ợ nóng, và góp phần làm cho họ mau già và thậm chí chết sớm. Do là một căn cứ cho những đau đớn về thể xác khác, nên soka hay sầu được xem là đáng sợ và được Đức Thế Tôn xác định là Khổ *(dukkha).*

Mọi người đều sợ Soka *(sầu).* Lợi dụng sự sợ hãi này, người ta đã viết nhiều cuốn sách về đề tài 'thoát khỏi sầu lo'*(Quẳng Gánh Lo Đi…)*. Nhưng muốn thực sự thoát khỏi sầu lo cách duy nhất là thực hành Tứ Niệm Xứ mà thôi. Nhờ thực hành Tứ Niệm Xứ người ta có thể hưởng được sự giải thoát hoàn toàn khỏi sầu lo như đã được minh hoạ bằng hình ảnh của Tể Tướng Santati và Trưởng Lão Ni Pācātārā[7]. Thời buổi này cũng có những người sầu khổ vì mất vợ mất chồng, những người phiền muộn vì làm ăn thất bại, đã đến thiền viện của chúng tôi để hành Tứ Niệm Xứ. Từng ngày từng ngày trôi qua, sầu lo của họ giảm dần và cuối cùng sự giải thoát hoàn toàn khỏi sầu lo đã đến với họ.

BI LÀ KHỔ (PARIDEVA DUKKHA)

Bi (khóc) là tính chất vật lý của âm thanh (âm sắc) do sự than khóc của một người bị xúc động bởi sự mất mát những người thân hay tài sản tạo ra. Người đau khổ gào la

[7] Xem hai tích truyện này trong Đại Niệm Xứ Tường Giải I.

một cách cuồng loạn và mất trí, kể lể về những tính tốt của người chết hay giá trị của tài sản bị mất hoặc vạch trần (tội ác) của kẻ thù hoặc tác nhân trách nhiệm cho tai hoạ của mình.

Theo nghĩa trừu tượng, bi là một âm sắc và do đó về bản chất không phải là Khổ *(dukkha).* Tuy nhiên gào la và kể lể một cách cuồng loạn như vậy thường tạo ra sự khó chịu và đau đớn ở thân. Vì thế mà Đức Phật tuyên bố Bi hay than khóc *(parideva)* là khổ.

KHỔ THÂN LÀ KHỔ (DUKKHA)

Những khó chịu ở thân như tê cứng, nóng bức, nhức nhối, mệt mỏi, ngứa ngáy…là khổ. Những đau đớn về thể xác (khổ nội tại) này được gọi là Khổ-Khổ *(dukkha-dukkha),* một loại khổ mà mọi người ai cũng biết và sợ. Ngay cả những con vật như chó, mèo, heo, gà và chim chóc…cũng chạy trốn để được an toàn mỗi khi có dấu hiệu dù nhỏ nhoi nhất của việc bị đánh đập hoặc bị bắn bởi vì chúng cũng biết sợ sự đau đớn. Như vậy, vấn đề khổ thân là Khổ *(dukkha)* này không cần phải bàn thảo chi tiết, vì mọi người đều biết. Điều quan trọng là phải biết rằng bệnh hay ốm đau *(byādhi),* cũng nằm trong loại Khổ Thân này. Khổ thân thường được theo sau bởi khổ tâm và như vậy nó còn được xem như một nhân cho khổ tâm nữa, đây là cái khổ đáng sợ.

Nếu cái đau ở thân được ghi nhận một cách chánh niệm hợp với phương pháp Tứ Niệm Xứ, khổ tâm được ngăn chặn. Lúc đó, chỉ có cái đau ở thân được cảm nhận. Đức Thế Tôn đã nói lời tán dương việc thực hành mà nhờ đó khổ tâm được ngăn chặn và người ta chỉ có cái đau ở thân này thôi. Để cho khổ tâm sanh khởi do không ghi nhận cái đau ở thân bị Đức Phật lên án. Ngài nói, *'Việc làm ấy cũng giống như cố gắng lấy ra cây gai thứ nhất đang làm cho đau bằng cách dùng cây gai khác để khươi ra, nhưng cây gai thứ hai này gẫy và nằm luôn trong thịt. Lúc đó người ấy phải chịu hai cái đau, một do cây gai thứ nhất và một cái đau thêm nữa do cây gai thứ hai.'* Minh hoạ này đáng nên suy xét cẩn thận.

ƯU LÀ KHỔ (DOMANASSA)

Domanassa hay ưu biểu thị sự đau đớn về tinh thần như khó chịu, lo lắng, khổ sở, buồn rầu, sợ hãi…nó cũng là cái khổ nội tại, *dukkha-dukkha.* Có lẽ mọi người đều quen với nó và sợ nó, do đó không cần thiết phải giảng giải chi tiết ở đây. Ưu không chỉ đàn áp tâm mà nó còn hành hạ cả thân nữa. Khi một người bị ưu tóm chặt, họ lang thang không ăn không ngủ suốt nhiều ngày một cách chán nản, hậu quả là sức khoẻ suy yếu và thậm chí chờ chết. Ưu thực sự là một nỗi khổ ghê gớm, một nỗi khổ mà chỉ có các bậc Thánh Bất Lai và A-la-hán mới được miễn trừ. Những người thực hành Tứ Niệm Xứ có thể vượt qua được sầu ưu nếu như họ cố

gắng ghi nhận những trạng thái này khi nó khởi sanh. Cho dù họ không thể vượt qua hoàn toàn, nhưng bằng cách này, họ có thể giảm bớt cái khổ của ưu đến một mức độ đáng kể.

NÃO LÀ KHỔ (UPĀYĀSA)

Não *(upāyāsa)*, là tình trạng rầu rĩ hay phẫn uất do khổ tâm quá mức nơi một người bị tác động bởi sự mất mát những người thân…tạo ra. Nó khiến cho người ta than van nhớ tiếc khôn nguôi đối với sự mất mát đưa đến nóng bức tâm can và suy kiệt thể xác. Do đó, Não là một nỗi Khổ đáng sợ vì sự thiêu đốt tâm can và suy kiệt thể xác đi kèm theo nó vậy.

Chú giải minh hoạ sự khác nhau giữa Sầu *(soka)*, Bi *(parideva)*, và Não *(upāyāsa)* như sau: Sầu giống như dầu ăn hay thuốc nhuộm trong một cái nồi bắc trên một ngọn lửa cháy riu riu. Bi giống như sự bùng sôi của nó khi nấu trên một ngọn lửa cháy nhanh. Não giống như những gì còn lại trong nồi sau khi đã sôi và không thể nấu cho sôi thêm được nữa, chỉ tiếp tục nấu cho đến khi nó khô cạn mà thôi.

OÁN TẮNG HỘI KHỔ

Oán tắng hội là gặp những người và các hành *(saṅkhāra)* không vừa ý. Tất nhiên tự thân sự gặp gỡ như vậy không phải là cái khổ không thể chịu đựng được nhưng khi

bạn gặp những người hay vật không vừa ý, không đáng ưa, thì sự phản ứng bắt đầu ngay lập tức dưới hình thức của sự xáo trộn tâm và vật lý. Vì nó tác hành như một nhân của khổ thân và khổ tâm, nên oán tắng hội *(gần người hay vật không vừa ý)* được Đức Phật định rõ là cái khổ đáng sợ. Thế gian nói chung đều nhận ra những cuộc tương hội như vậy là khổ. Một số người sợ cái khổ này đến mức còn cầu nguyện không bị nỗi bất hạnh phải gặp những người hay vật không ưa trong kiếp lai sanh. Thế nhưng, trong cái thế gian mà ở đây dễ ưa và khó ưa, dễ thương và đáng ghét cùng hiện hữu, con người phải đối diện với cả hai tuỳ theo hoàn cảnh. Ước nguyện của một người chỉ có thể thành tựu phần nào nhờ ít có cơ hội đối diện với người hay vật khó ưa mà thôi.

Điều quan trọng là phải cố gắng đối diện với những tình huống khó ưa ấy với thái độ đúng đắn. Hành động tốt nhất là trở lại với việc thực hành Tứ Niệm Xứ, đó là, ghi nhận không ngừng để cho tiến trình tâm dừng ở giai đoạn chỉ có *'nghe'* , *'thấy'*…mà thôi. Khi cảm giác những cảm thọ khó chịu *(khổ)* ở thân, khổ tâm phải được ngăn chặn bằng cách ghi nhận liên tục *'xúc chạm'*, *'biết'*, *'đau'*…

ÁI BIỆT LY KHỔ

Ái biệt ly là chia lìa, hay tách rời những người và các hành *(saṅkhāra)* vừa ý. Một sự chia lìa như vậy tự nó không phải là một cảm thọ khổ. Tuy nhiên, khi sự biệt ly xảy ra, do

chết hay trong khi vẫn còn đang sống, với những người mình yêu mến (vợ, chồng, con cái), hay khi xa lìa những sở hữu quý báu của mình, khổ tâm phát sanh ngay lập tức. Thậm chí nó có thể phát triển thành sầu, bi, và não. Dưới những trường hợp như vậy người ta chắc chắn sẽ bị sầu ưu áp đảo. Do nó thúc đẩy những loại khổ tâm đa dạng như vậy, Đức Thế Tôn đã gọi ái biệt ly là khổ. Thế gian cũng nhận ra sự chia lìa này là khổ, một số người cũng nguyện được sống với những người mình yêu mến suốt kiếp luân hồi. Tất nhiên, những ước nguyện như vậy chỉ có thể thành tựu khi có đủ những thiện nghiệp.

Gia đình của triệu phú *Mendaka* gồm người vợ, con trai và con dâu của ông ta cùng với người tớ gái, có lần, sau khi cúng dường vật thực đến một vị Phật Độc Giác, đã phát nguyện luôn luôn được sống cùng nhau trong những kiếp tương lai. Do kết quả của thiện nghiệp này, ước nguyện của họ đã thành tựu và họ được sanh ra cùng nhau trong một gia đình vào thời Đức Phật của chúng ta. Tuy nhiên loại ước nguyện có khuynh hướng thúc đẩy những trói buộc như vậy không thích hợp với những người có quyết tâm vững chắc muốn giải thoát hoàn toàn khỏi những khổ đau của vòng luân hồi.

CẦU BẤT ĐẮC KHỔ

Đó là cái khổ do không được những gì mình muốn hay cái khổ phát sanh do ước muốn những vật không thể nào có được. Không hành thiền và tu tập Bát Thánh Đạo, ước muốn có mặt, "Ôi ! ước gì ta không phải bị sanh, già, bệnh và chết. Ôi, ước gì ta không phải bị sầu, bi, khổ, ưu, não…" Tất nhiên, những điều này sẽ không xảy ra do đơn thuần ước muốn và chính không được những gì mình muốn này khiến cho người ta khổ tâm. Do đó, Đức Phật đã mô tả những ước muốn như vậy là khổ. Ở đây, đối tượng của lòng mong muốn không giới hạn cho Niết-Bàn, pháp duy nhất thoát khỏi sanh, già…, nhưng đối tượng mong muốn của một người cũng bao gồm những lợi đắc và của cải thế gian, hay nói chung những thứ vốn không thể có được bằng ước muốn đơn thuần. Không đạt được chúng thì ước muốn cũng là khổ.

NĂM THỦ UẨN LÀ KHỔ

Mười một loại khổ bắt đầu bằng khổ sanh *(jāti)* đến khổ do không đạt được những gì mình muốn (*icchitabbalābha dukkha*-cầu bất đắc khổ) chỉ phát sanh do có năm thủ uẩn *(upādānakkhandhā)*; hay nói khác hơn chúng phát sanh do nương vào năm uẩn này. Vì thế, trong Kinh Chuyển Pháp Luân, Đức Phật nói: *'Tóm lại, năm thủ uẩn này là khổ đế hay sự thực của khổ.'*

Sắc uẩn và các tâm hành (Danh) tạo thành đối tượng của thủ được gọi là Thủ Uẩn *(upādānakkhandhā)*. Năm thủ uẩn

gồm: (1) Sắc Uẩn (2) Thọ Uẩn (3) Tưởng Uẩn (4) Hành Uẩn và (5) Thức Uẩn.

Như vậy tất cả các chúng sanh hiện hữu chỉ với năm uẩn này. Họ chấp thủ thân của họ, vốn chỉ là sắc uẩn, xem nó như 'Tôi', 'thân của tôi', thường hằng, đẹp đẽ,…Vì vậy, sắc uẩn được gọi là thủ uẩn.

Các trạng thái tâm do thức *(viññāṇa)* và các tâm sở *(cetasika)* tạo thành cũng bị chấp thủ và xem chúng là 'Tôi', 'tâm của tôi', chính 'Tôi' suy nghĩ, nói năng,..Do đó các trạng thái tâm hay Danh *(nāma)*, cũng được gọi là các thủ uẩn. Đây là cách tham ái nảy sanh trên sắc uẩn và danh uẩn nói chung.

THỦ UẨN VÀO LÚC THẤY

Nếu xét từng hiện tượng riêng biệt theo chi tiết, thủ uẩn *(upādānakkhandhā)* rất dễ nhận ra mỗi khi người ta thấy một đối tượng. Cũng thế, mỗi khi nghe, ngửi, nếm, xúc chạm, suy nghĩ, thủ uẩn *(upādānakkhandhā)* cũng nổi bật. Vào lúc thấy, con mắt thấy, đối tượng thấy và thức thấy rất dễ nhận ra. Trong thức thấy (nhãn thức) này bao gồm thọ (lạc hay khổ) của cái thấy, tưởng hay sự nhận thức về đối tượng được thấy, nỗ lực và hướng tâm để hoàn tất hành động thấy và trí biết rằng một đối tượng vừa được thấy.

Những người không hành thiền minh sát hay những người hành minh sát nhưng chưa đến giai đoạn thấy rõ được

tính chất vô thường, khổ, và vô ngã, vẫn chấp thủ vào con mắt và đối tượng thấy, v.v…Họ xem cái nhìn của con mắt như Tôi (nhìn), hay như con mắt của tôi, hoặc thường, lạc…Khi họ thấy thân và tứ chi, sự dính mắc phát sanh; *"Tôi thấy thân của tôi; đây là tay của tôi, nó luôn luôn hiện hữu (thường hằng)."* Khi thấy người khác, họ cũng thấy như có vẻ đó là một con người, một sinh vật vững bền. Do sự chấp thủ đã khởi lên với các hiện tượng như vậy, sắc của con mắt và sắc của đối tượng thấy (cảnh sắc) được gọi là Sắc Thủ Uẩn *(rūpa uppādānakkhandhā).*

Ngoài thọ lạc và thọ khổ trong trong cái thấy một đối tượng, cũng còn có thọ trung tính *(bất khổ bất lạc)* mà ở đây để tiết kiệm không gian chúng tôi không đề cập. Thực sự ra những gì liên quan đến cảm thọ trung tính thiện đã được kể trong thọ lạc; và những gì liên quan đến thọ trung tính bất thiện đã được kể trong thọ khổ rồi. Cả thọ lạc lẫn thọ khổ đều làm phát sanh sự chấp thủ: "Nó là Tôi; Nó là cảm thọ của tôi; Nó kéo dài mãi mãi; Tôi cảm thấy khoẻ; Tôi cảm thấy khủng khiếp." Do bị dính mắc theo cách này, thọ lạc và thọ khổ (có mặt) trong cái thấy một đối tượng được gọi là Thọ Thủ Uẩn *(vedanā upādānakkhandhā)*.

Khi nhận thức một đối tượng, sự chấp thủ cũng phát sanh: Tôi biết nó; Tôi không quên nó. Vì thế nó được gọi là Tưởng Thủ Uẩn *(saññā upādānakkhandhā)*.

Vận dụng ý chí để thấy một đối tượng là Cetanā (Tư). Trong từ vựng kinh điển, nó được gọi là sự xúi giục, sự thúc

đẩy, sự thôi thúc. Tuy nhiên ý định hay ***tư*** biểu thị ý nghĩa của nó rõ ràng hơn. Tác ý *(manasikāra),* đi cùng với tư *(cetanā),* là suy nghĩ về hay hướng tâm về một đối tượng. Rồi sau đó có xúc *(phassa)* xen vào nữa, nhưng vì *cetanā* và *manasikāra* là các yếu tố nổi bật nên ở đây chỉ đề cập hai tâm sở này. Hai tâm sở ***tư*** *(ý định)* và ***tác ý*** *(hướng tâm)* thuộc hành uẩn có liên quan trong hành động thấy và có sự dính mắc vào cái thấy như Tôi thấy…nên nó được gọi là Hành Thủ Uẩn *(saṅkhāra upādānakkhandhā).* Từ *Saṅkhāra* ở đây có nghĩa là điều kiện; trong trường hợp của cái thấy, nó có nghĩa là tạo ra những những điều kiện để hoàn tất hành động thấy.

Chỉ biết rằng một đối tượng đã được thấy là nhãn-thức, hành động này cũng có sự chấp thủ vào đó như Tôi thấy, Tôi biết, cái Tôi đang thấy là trường cửu. Do sự chấp thủ như vậy có thể xảy ra nên thức được gọi là Thức Thủ Uẩn *(viññāṇa upādānakkhandhā).*

Tóm lại:

1. *Vào lúc thấy ‘con mắt và đối tượng của sự thấy (cảnh sắc) là Sắc Thủ Uẩn (rūpa uppādānakkhandhā).*
2. *Thọ lạc hay thọ khổ có mặt là Thọ Thủ Uẩn (vedanā upādānakkhandhā).*
3. *Nhận thức hay ghi nhớ đối tượng là Tưởng Thủ Uẩn (saññā upādānakkhandhā).*
4. *Ý muốn thấy và xoay sự chú ý đến đối tượng là Hành Thủ Uẩn (saṅkhāra upādānakkhandhā).*

5. *Chỉ biết rằng một đối tượng đã được thấy là Thức Thủ Uẩn (viññāṇa upādānakkhandhā).*

Mỗi lần thấy một đối tượng ghi nhận *'thấy', 'thấy'* là để giúp người hành thiền thấy ra năm uẩn danh và sắc đã nói đúng như chúng thực sự là và sau khi đã thấy được chúng, hãy giữ ở giai đoạn chỉ có cái thấy và không để bị chấp thủ vào chúng như Tôi, của tôi, hay như thường, lạc, tịnh…

Để giúp quý vị hiểu được mục đích của việc ghi nhận từng hiện tượng, chúng tôi lập ra những nguyên tắc căn bản của việc thực hành minh sát như sau:

1. *Tu tập minh sát bằng cách quán cái gì?*

- *Bằng cách ghi nhận đúng như chúng thực sự là năm uẩn vốn có thể gây ra sự chấp thủ.*

2. *Khi nào và vì mục đích gì chúng (năm uẩn) phải được ghi nhận ?*

- *Chúng phải được ghi nhận vào sát na sanh để cắt đứt sự chấp thủ. Vì nếu không ghi nhận vào sát na sanh sẽ mở đường cho sự chấp thủ vào chúng như thường, lạc hay ngã. Ngoài việc xua tan chấp thủ, việc ghi nhận năm uẩn mỗi lần chúng khởi lên sẽ phát triển được minh sát trí rõ ràng vào bản chất vô thường, khổ và vô ngã của chúng.*

Ở đây, *'vào sát na sanh'* có nghĩa là vào lúc thấy hay nghe…và *'mỗi lần chúng khởi lên'* biểu thị mỗi hành động thấy, nghe…khi nó xảy ra.

NĂM THỦ UẨN VÀO LÚC NGHE

Vào lúc nghe, hiển nhiên phải có tai còn tốt để nghe; có âm thanh có thể nghe rõ và cũng phải có thức biết rằng một âm thanh đã được nghe. Trong thức nghe *(nhĩ thức)* này có thọ lạc và khổ khi nghe, có tưởng về âm thanh, có tư *(vận dụng ý chí)* và tác ý *(hướng tâm)* đến âm thanh để hoàn tất hành động nghe và chỉ biết rằng một âm thanh đã được nghe.

Những người không có cơ hội thực hành chánh niệm, và do đó không có sự hiểu biết về thực tại đúng như thực, chấp thủ vào các hiện tượng *(dhamma)* nổi bật vào sát-na nghe như Tôi, của tôi, v.v… Chính do khả năng có thể xảy ra của những chấp thủ này, tai và sắc âm thanh được gọi là Sắc Thủ Uẩn *(rūpa uppādānakkhandhā).* Thọ lạc hay thọ khổ phát sanh cùng với sự nghe là Thọ Thủ Uẩn *(vedanā upādānakkhandhā).* Tưởng về âm thanh là Tưởng Thủ Uẩn *(saññā upādānakkhandhā)*. Vận dụng ý chí để nghe một âm thanh và hướng tâm đến âm thanh là Hành Thủ Uẩn *(saṅkhāra upādānakkhandhā).* Chỉ biết rằng một âm thanh đã được nghe là Thức Thủ Uẩn *(viññāṇa upādānakkhandhā).*

<u>Tóm lại:</u>

1. *Vào lúc nghe 'tai' và 'âm thanh' là Sắc Thủ Uẩn (rūpa uppādānakkhandhā).*
2. *Thọ lạc hay thọ khổ có mặt trong cái nghe là Thọ Thủ Uẩn (vedanā upādānakkhandhā).*

3. *Nhận thức hay ghi nhớ âm thanh là Tưởng Thủ Uẩn (saññā upādānakkhandhā).*
4. *Ý muốn nghe và xoay sự chú ý đến đối tượng là Hành Thủ Uẩn (saṅkhāra upādānakkhandhā).*
5. *Chỉ biết rằng một đối tượng đã được nghe là Thức Thủ Uẩn (viññāṇa upādānakkhandhā).*

Mỗi lần nghe một âm thanh, ghi nhận *'nghe', 'nghe'*…là để giúp hành giả thấy ra năm uẩn danh và sắc đã nói này đúng như thực và sau khi đã nghe một âm thanh, cố gắng giữ ở giai đoạn chỉ có cái nghe và không để bị chấp trước vào nó như Tôi, của tôi, hay thường, lạc, tịnh, v.v…

NĂM THỦ UẨN VÀO LÚC NGỬI

Vào lúc ngửi, rõ ràng phải có mũi, có mùi và thức biết mùi. Trong thức ngửi *(tỷ thức)* này có thọ lạc và thọ khổ, có sự nhận thức về mùi, có sự vận dụng ý chí để ngửi và để hướng sự chú ý đến đối tượng ngửi và chỉ biết mùi.

Không ghi nhận 'ngửi', 'ngửi', mỗi khi ngửi và không thấy hiện tượng ngửi đúng như thực sẽ dẫn đến sự chấp thủ vào nó như Tôi, của tôi…Do sự có thể xảy ra của những chấp thủ này, mũi, mùi, và thức ngửi được gọi là Thủ Uẩn *(upādānakkhandhā)*.

Tóm lại:

1. *Vào lúc ngửi 'mũi' và 'mùi' là Sắc Thủ Uẩn (rūpa uppādānakkhandhā).*
2. *Thọ lạc hay thọ khổ có mặt trong sự ngửi là Thọ Thủ Uẩn (vedanā upādānakkhandhā).*
3. *Nhận thức hay ghi nhớ mùi là Tưởng Thủ Uẩn (saññā upādānakkhandhā).*
4. *Ý muốn ngửi và xoay sự chú ý đến đối tượng là Hành Thủ Uẩn (saṅkhāra upādānakkhandhā).*
5. *Chỉ biết mùi là Thức Thủ Uẩn (viññāṇa upādānakkhandhā).*

Mỗi lần ngửi một mùi, ghi nhận ngửi, ngửi là để thấy năm uẩn danh và sắc đúng như chúng thực sự là và sau khi đã ngửi mùi, hãy cố gắng giữ ở giai đoạn chỉ có sự ngửi và không để bị chấp thủ vào nó như Tôi, của tôi, hay như thường, lạc, tịnh, v.v…

NĂM THỦ UẨN VÀO LÚC ĂN

Vào lúc biết vị do ăn, rõ ràng phải có lưỡi, vị và thức biết vị. Trong thức biết vị này có thọ lạc hay thọ khổ về vị, sự nhận thức hay nhớ lại vị, sự vận dụng ý chí và xoay sự

chú ý hướng về đối tượng để hoàn tất công việc ăn và chỉ biết vị.

Không ghi nhận 'ăn', 'ăn' và lúc ăn và không thấy hiện tượng ăn đúng như thực sẽ dẫn đến sự chấp thủ vào nó như Tôi, của tôi, v.v…Do sự có thể xảy ra của những chấp thủ này, lưỡi, vị và thức biết vị được gọi là thủ uẩn *(upādānakkhandhā).*

Tóm lại:

1. *Vào lúc ăn 'lưỡi' và 'vị' là Sắc Thủ Uẩn (rūpa uppādānakkhandhā).*
2. *Thọ lạc hay thọ khổ của vị là Thọ Thủ Uẩn (vedanā upādānakkhandhā).*
3. *Nhận thức hay ghi nhớ vị là Tưởng Thủ Uẩn (saññā upādānakkhandhā).*
4. *vận dụng ý chí để nếm và xoay sự chú ý hướng về đối tượng của sự nếm là Hành Thủ Uẩn (saṅkhāra upādānakkhandhā).*
5. *Chỉ biết vị là Thức Thủ Uẩn (viññāṇa upādānakkhandhā)*

Trong khi ăn thức ăn, viên một miếng thức ăn trong tay *(trong trường hợp ăn bốc, hoặc múc một muỗng thức ăn nếu ăn bằng muỗng)*, đưa lên *(miệng)*, bỏ vào trong miệng, và nhai thức ăn; tất cả những hành động này liên quan tới sự hay biết cảm giác xúc chạm; tuy nhiên, biết vị trên lưỡi trong khi nhai đồ ăn, là thiệt thức hay thức nếm. Như vậy, ghi

nhận 'nếm', 'nếm' mỗi khi ăn thức ăn phải được thực hiện để thấy đúng như thực năm uẩn danh và sắc thể hiện vào lúc nếm và cố gắng giữ ở giai đoạn chỉ có sự nếm để không phát sanh sự chấp trước vào nó như Tôi, của tôi, hay thường, lạc, tịnh, v.v…

NĂM THỦ UẨN VÀO LÚC XÚC CHẠM

Xúc giác bao hàm một phạm vi rộng lớn. Khắp toàn thân của một người, bất kỳ chỗ nào thịt và máu còn trong điều kiện tốt, sắc thần kinh thân *(kāyapasāda rūpa)* hay bề mặt cảm giác, làm phát sanh xúc giác, có mặt. Cả ở trong thân: trong thịt, trong máu, trong các cơ bắp, trong xương lẫn ở ngoài thân: trên da, yếu tố nhạy cảm này lan truyền không chừa một điểm nhỏ nào.

Chỗ nào yếu tố nhạy cảm này có mặt, xúc giác có thể cảm giác. Vào lúc xúc chạm, yếu tố nhạy cảm vốn có khả năng nắm bắt thân xúc, nổi bật. Nó hiển hiện như một chỗ va chạm chứ không phải như bất kỳ một hình dạng hay hình thù nào. Cũng vậy, những phần nhạy của tai, mũi, và lưỡi cũng trở nên rõ rệt như những chỗ xúc chạm ở đây khả năng phán đoán về sự nghe, ngửi và nếm được phát triển.

Vào lúc va chạm thân xúc cũng nổi bật, nó có thể là một trong ba yếu tố (của tứ đại): đất *(pathavī)*, lửa *(tejo)*, gió *(vāyo)*. Sự cứng, thô, mịn, và mềm mà một người cảm nhận là địa đại *(pathavī)*; cảm giác nóng, hay ấm hoặc lạnh là hoả

đại *(tejo)*; sự đơ cứng, sức ép, hay chuyển động là phong đại *(vāyo)*. Những cảm giác xúc chạm như vậy có thể phát sanh như hệ quả của sự ma-xát giữa những đại chủng khác nhau trong thân; hay do sự tiếp xúc với quần áo, giường chiếu, chỗ ngồi, đất, nước, lửa, gió hay sức nóng của mặt trời, bên ngoài thân. Những va chạm như vậy tạo ra những xúc giác rất sinh động. Thức biết sự xúc chạm (hay thân thức) bao gồm thọ lạc hay thọ khổ; nhận thức hay tưởng về sự va chạm, sự vận dụng ý chí và hướng tâm để hoàn tất hành động xúc chạm và chỉ biết rằng một sự xúc chạm đã được thiết lập. Trong sự xúc chạm này thọ lạc hay thọ khổ đặc biệt sinh động. Cái đau ở thân là thọ khổ *(dukkhavedanā)* phát sanh do sự xúc chạm không vừa ý.

Vào lúc xúc chạm, nếu không chánh niệm để thấy thực tại đúng như thực, sẽ dẫn đến tình trạng chấp thủ vào những đối tượng nổi bật vào lúc ấy như Tôi, của tôi. Vì lý do đó, chỗ xúc chạm, bề mặt cảm giác *(yếu tố nhạy cảm hay thân tịnh sắc)*, cảm giác của sự xúc chạm *(thọ)* và biết rằng một sự xúc chạm đã xảy ra, gọi là thủ uẩn *(upādānakkhandhā)*.

Tóm lại:

1. *Vào lúc xúc chạm, bề mặt cảm giác và sự va chạm của xúc là Sắc Thủ Uẩn (rūpa uppādānakkhandhā).*
2. *Thọ lạc hay thọ khổ của xúc là Thọ Thủ Uẩn (vedanā upādānakkhandhā).*
3. *Nhận thức hay ghi nhớ xúc là Tưởng Thủ Uẩn (saññā upādānakkhandhā).*

4. *Vận dụng ý chí và xoay sự chú ý để hoàn tất hành động xúc chạm là Hành Thủ Uẩn (saṅkhāra upādānakkhandhā).*
5. *Chỉ biết rằng một xúc đã xảy ra là Thức Thủ Uẩn (viññāṇa pādānakkhandhā)*

Pháp hành ghi nhận các oai nghi như đi, đứng, nằm, ngồi, co, duỗi, cử động, phồng và xẹp, v.v…được thực hiện là để có sự hay biết về các Thủ Uẩn này. Khi ghi nhận các oai nghi hay tư thế của thân, đặc biệt là phong đại *(vāyo)*, yếu tố dễ nhận ra nhất, khiến cho có sự đơ cứng, sức ép và cử động, được thấy đúng như thực, chỉ là một loại sắc *(rūpa)* không có bất kỳ năng lực nhận thức nào. Tâm hay biết ghi nhận các oai nghi này cũng phải được thấy đúng như thực, chỉ là danh *(nāma)* nhận thức một đối tượng. Như vậy, mỗi lúc ghi nhận, luôn luôn chỉ có một cặp: sắc *(rūpa)*, đối tượng được ghi nhận, và danh *(nāma)* tâm ghi nhận. Sau khi nhận thức được sự kiện này một cách chính xác và rõ ràng, trí hiểu biết về nhân và quả sẽ phát sanh. Có oai nghi *'đi'* bởi vì có ước muốn đi. Lúc đó hành giả hiểu được một cách rõ ràng rằng sắc *(rūpa)*, đối tượng ghi nhận và danh *(nāma)*, tâm hay biết, sanh và diệt, sanh và diệt không ngừng ở từng sát-na ghi nhận, và hành giả cũng nhận thức rõ được những hiện tượng này vô thường, khổ,…và xảy ra theo tính chất tự nhiên của chúng và do đó là vô ngã *(anatta)*. Chính do sự nhận thức

rõ ràng này mà hành giả không còn chấp thủ vào đi, đứng, nằm, ngồi,…như Tôi và của tôi nữa vậy.

Đây là cách chấp thủ bị cắt đứt đúng theo lời dạy của Đức Phật trong Kinh Đại Niệm Xứ: *“Không còn chấp thủ vào bất cứ điều gì trên thế gian, đó là, thế gian của thân hay năm uẩn”*. Như vậy, để được giải thoát khỏi sự chấp thủ, chánh niệm trên thân, thọ, tâm và pháp phải được tu tập.

Những cảm giác đau như tê cứng, cảm giác nóng, đau, ngứa ngáy,…, hiển hiện rõ ở vùng va chạm. Không ghi nhận cảm giác đau khi nó xảy ra để thấy đúng bản chất thực của nó sẽ dẫn đến những chấp thủ: Tôi cảm thấy tê cứng, Tôi cảm thấy nóng, Tôi cảm thấy đau, Tôi cảm thấy thế này thế nọ, v.v…Chính để tránh những chấp thủ này mà việc ghi nhận với chánh niệm cảm giác đau phải được thực hiện để hiểu rõ bản chất thực của nó.Việc quan sát một cách xít xao và liên tục những cảm giác đau sẽ bộc lộ rõ cho thấy những cảm thọ khổ này cứ nối tiếp nhau xuất hiện mới lại không ngừng trong thân. Người hành thiền lúc đó tin chắc rằng những cảm thọ khổ ấy đi vào hiện hữu chỉ trong một sát-na và rồi diệt, do đó chúng có bản chất vô thường, và *(hành giả)* không còn chấp thủ nó như Tôi, của tôi, hay thường, lạc… nữa.

NĂM THỦ UẨN VÀO LÚC SUY NGHĨ

Những hoạt động của tâm như suy nghĩ, tưởng tượng có phạm vi rất rộng và thường xuyên xảy ra. Trong lúc thức, tâm hầu như hoạt động không ngừng. Ngay cả khi không có những đối tượng khả lạc và khả ái chung quanh, trí tưởng tượng vẫn làm cho chúng xuất hiện như thể đang thực sự hiện hữu. Năm triền cái, tham dục, sân hận, hôn trầm&thuỵ miên, trạo cử&hối quá, và nghi có liên quan đến những hoạt động của tâm hay tâm hành này. Những tư duy hay suy tưởng về tham dục (*kāma vitakka,* dục tầm), sân hận (*vyāpada vitakka*, sân tầm) và não hại (*vihimsa vitakka*, hại tầm) cũng thế.Trừ phi những hoạt động của tâm này được ghi nhận một cách chánh niệm, bằng không chúng có thể bị đồng nhất như là Tự Ngã *(atta),* một thực thể sống. Vì vậy, việc ghi nhận từng hoạt động của tâm khi nó xảy ra rất quan trọng.

Nếu phân tích kỹ, những hoạt động của tâm cũng là Năm Thủ Uẩn *(upādānakkhandhā)*. Suy nghĩ có thể được kèm theo bởi thọ hỷ *(somanassa)* hay thọ ưu *(domanassa);* hay suy nghĩ có thể phát sanh cùng với thọ xả *(upekkhā vedanā)*. Nếu không có chánh niệm ghi nhận ba loại thọ này khi chúng phát sinh, chúng có thể bị chấp thủ như *"Tôi cảm thấy vui, Tôi cảm thấy khoẻ, Tôi cảm thấy khốn khổ, Tôi cảm thấy thế này, thế nọ…"*. Do chúng có thể gây ra những chấp thủ như thế, ba loại thọ này được gọi là Thọ Thủ Uẩn *(vedanā-upādānakkhandhā).*

Kế tiếp, *saññā* hay Tưởng cũng rõ rệt, nó nhận ra đối tượng mà tâm đang chăm chú vào. Tưởng đặc biệt rõ rệt khi đang cố gắng nhớ những sự kiện để nói hay khi đang tính

toán hoặc kiểm tra tài khoản. Liên quan đến Tưởng này, những khái niệm sai lầm có thể phát sanh như *'Tôi nhớ, Tôi có sự ghi nhớ tốt'*. Chính vì nó có thể làm phát sanh chấp thủ, nên nó được gọi là Tưởng Thủ Uẩn *(saññā-upādānakkhandhā).*

Vào lúc suy nghĩ hay vận dụng trí tưởng tượng, có Xúc *(phassa)*; Tầm *(vitakka)*: sự khuynh hướng tâm về đối tượng; Tác Ý *(manasikāra)*: gắn chặt sự chú ý trên đối tượng; Tư *(cetanā)*: xúi giục và thúc đẩy, *'Sẽ làm theo cách này, sẽ làm theo cách nọ'*. Vai trò của *Cetanā* (tư) đặc biệt rõ nét khi, chẳng hạn, một vấn đề quan trọng tình cờ xuất hiện trong tâm vào lúc nửa đêm và nó không thể kéo dài thêm được nữa. Lực thôi thúc của *Cetanā* (tư): *'Hãy đi ngay bây giờ để nói cho hắn biết'* rất nổi bật. Những ý nghĩ bất thiện có tham, sân, si, đi kèm trong khi những ý nghĩ thiện thì vô tham, vô sân, vô si, tín, niệm,…kèm theo, được phân biệt một cách rõ ràng.

Những tâm sở Xúc, Tư và Tác ý là những tác nhân kích động trách nhiệm cho sự sanh khởi của những tư duy *(ý tưởng, sự tưởng tượng, khái niệm)* tuần tự nối tiếp theo nhau. Chúng cũng đứng đằng sau mọi hoạt động nói năng và chuyển động của thân như đi, đứng, ngồi, nằm, co, duỗi…Nói chung, sự kích động, thôi thúc, thúc đẩy liên quan đến những hoạt đông của thân, khẩu, và ý là Hành *(saṇkhāra)*, yếu tố tạo điều kiện cho một hành động bằng cách nhắc bảo, xui khiến, hay trực tiếp,…Vai trò tạo điều kiện hay làm duyên của Hành *(saṇkhāra)* này có thể dẫn đến tình trạng bị đồng nhất như một người, một thực thể sống và bám chặt

vào đó như là Tôi. Những ý niệm *'Tôi nghĩ'*, *'Tôi nói'*, *'Tôi đi'*, *'Tôi làm'* là sự chấp thủ sai lầm vào yếu tố Hành *(saṇkhāra)* này. Và một sự chấp thủ như vậy được gọi là chấp thủ vào Ngã Sở Tác (*Kāraka atta*-我所作), tức chấp có người làm hành động. Do đó, các Hành: Xúc, Tư, Tác Ý…được gọi là Hành Thủ Uẩn *(Saṇkhāra-Upādānakkhandhā)*.

Kế tiếp, vào lúc suy nghĩ, hiển nhiên cũng có thức hay biết hành động suy nghĩ. Người Miến xem thức cùng với các tâm sở chỉ là Tâm *(citta)*. Thức (hay biết) hành động suy nghĩ này rất thường bị quan niệm như Linh Hồn, Tự Ngã *(atta)* vì lý do đó nó cũng được gọi là Thức Thủ Uẩn *(viññāṇa upādānakkhandhā)*.

Ngoài ra, vào lúc suy nghĩ, sắc thân vốn cung cấp căn cứ cho tư duy cũng rõ rệt đến nỗi người không am tường cũng tin rằng chính sắc thân này suy nghĩ. Vì lý do đó, sắc thân vốn cung cấp căn cứ cho tư duy được gọi là Sắc Thủ Uẩn *(rūpa upādānakkhandhā)*.

Đối tượng của tư duy có thể là sắc *(rūpa)*, danh *(nāma)*, hoặc chế định *(paññatti)*, tên gọi, khái niệm *(quan niệm)*. Chúng cũng là những đối tượng bị chấp thủ. Cảnh sắc thuộc về Sắc Thủ Uẩn *(rūpa upādānakkhandhā)*. Cảnh danh được sắp dưới bốn loại Danh Thủ Uẩn *(nāma upādānakkhandhā)*. Chế định *(paññatti)* có thể được bao gồm trong sắc thủ uẩn hay danh thủ uẩn nào nó tương ứng. Chẳng hạn, trong *'Yaṃ picchaṃ na labhati' 'tampi dukkham' 'Không được những gì mình muốn là khổ'*, thì *'không được những gì mình muốn'* không phải là

sắc cũng không phải là danh; mà chỉ là chế định *(paññatti).* Chú thích trong bộ Chú Giải Mūla Tikā về điểm này nói rằng mong muốn đối với cái không thể đạt được phải được xem là khổ *(dukkha).*

Chúng tôi đã phân tích kỹ về năm thủ uẩn hiển hiện rõ ràng vào lúc suy nghĩ.

Để tóm lại:

1. *Sắc thân tạo thành căn cứ cho tư duy vào lúc suy nghĩ là Sắc Thủ Uẩn (rūpa upādānakkhandhā) .*
2. *Thọ lạc hoặc thọ khổ có mặt vào lúc tư duy là Thọ Thủ Uẩn (vedanā-upādānakkhandhā) .*
3. *Nhận ra hay nhớ lại đối tượng của tư duy là Tưởng Thủ Uẩn (saññā-upādānakkhandhā) .*
4. *Tâm hành thôi thúc và sự khuynh hướng để hoàn tất hành động suy nghĩ là Hành Thủ Uẩn (Saṅkhāra-Upādānakkhandhā).*
5. *Chỉ hay biết về sự suy nghĩ là Thức Thủ Uẩn (viññāṇa upādānakkhandhā).*

Điều quan trọng là phải nhận ra bản chất thực của tư duy bằng cách chánh niệm về nó mỗi lần suy nghĩ khởi lên. Không ghi nhận nó với chánh niệm, và như vậy cũng không nhận ra bản chất thực của nó sẽ dẫn đến sự chấp thủ vào tư duy như Tôi (tư duy), (tư duy ấy) là của tôi, hay thường, lạc, tịnh,…Phần lớn con người ngày nay hầu như luôn luôn dính mắc vào những pháp trần (đối tượng của tâm) này. Những chấp thủ như vậy sẽ làm phát sanh những tiến trình tích cực

của hữu (trở thành hay tái sanh), hợp với câu 'Thủ Duyên Hữu' *(upādānapaccayo bhava)* của Pháp Duyên Sanh. Và trong mọi trạng thái hiện hữu mới, chờ đợi là già, bệnh, chết và sầu, bi, khổ, ưu, và não.

Tuy nhiên, nếu chánh niệm được phát triển trên mỗi sự sanh khởi của tư duy, bản chất vô thường, khổ và vô ngã thực sự của nó sẽ hiển hiện rõ ràng. Và sau khi đã biết được bản chất thực của nó, sự chấp thủ sẽ không phát sanh; chấp thủ không sanh, tiến trình tích cực của hiện hữu mới hay tái sanh sẽ không xảy ra. Khi không có hiện hữu mới, khối khổ tiêu biểu bằng già, bệnh, chết, sầu, bi, khổ, ưu, não sẽ được đoạn trừ. Tất nhiên, sự diệt của khổ như kết quả của chánh niệm trên mỗi tư duy khi nó sanh khởi này chỉ là sự diệt tạm thời. Nhưng nếu cứ liên tục thực hành chánh niệm và có được sự diệt tạm thời trên mỗi sát-na ghi nhận, thì vào lúc Thánh Đạo phát sanh, khối khổ ấy sẽ được đoạn trừ hoàn toàn. Vì vậy, trong lúc bận rộn với bài tập ghi nhận sự phồng, xẹp, ngồi, đụng, nếu bất kỳ tư duy hay ý tưởng nào xen vào, nó phải được ghi nhận như 'suy nghĩ, suy nghĩ' hay 'ý tưởng, ý tưởng,'…

Những phân tích chi tiết mà chúng tôi vừa trình bày ở trên sẽ chứng minh một cách rõ ràng rằng những gì nổi bật vào lúc thấy, nghe, ngửi, nếm, xúc chạm và suy nghĩ chỉ là năm thủ uẩn. Đối với hàng phàm phu không thực hành bài tập chánh niệm này, vào lúc thấy, chủ thể thấy hiển nhiên là con người thực tế này và đối tượng bên ngoài của sự thấy

hiển nhiên cũng là đàn ông, đàn bà, một con người…Với hiện tượng nghe, ngửi, nếm…cũng cần hiểu theo cách tương tự như vậy. Tuy nhiên, trong thực tế, chỉ có năm thủ uẩn chứ không có một thực thể hay một con người nào. Không có gì hiện hữu ở sáu khoảnh khắc thấy, nghe, ngửi, nếm, xúc chạm, và suy nghĩ ngoại trừ tự thân chúng. Chúng chỉ trở nên hiển hiện ở sáu khoảnh khắc này và những gì hiển hiện lúc đó chỉ là năm thủ uẩn.

KHỔ DO NĂM THỦ UẨN

Những nỗi khổ đáng sợ của sanh, già, bệnh, chết, sầu, bi, khổ, ưu, não phát sanh là do năm thủ uẩn. Bao lâu năm thủ uẩn này còn hiện hữu, những nỗi khổ đáng sợ ấy sẽ vẫn còn. Do đó, năm thủ uẩn tự thân chúng là khổ. Tóm lại, do có sắc thân *(rūpa),* những khổ thân và khổ tâm dựa trên sắc phát sanh. Do có tâm biết *(nāma)*, những khổ thân và khổ tâm dựa trên đó, phát sanh. Bởi thế, Danh và Sắc tạo thành năm thủ uẩn là Khổ.

Nói cách khác, những nỗi đau đớn không thể chịu đựng được của thân và tâm là những nỗi khổ nội tại Kinh điển Pāli gọi là *dukkha-dukkha (khổ-khổ).* Đây là những thống khổ mà mọi người đều sợ chúng. Như vậy, thọ khổ *(dukkha vedanā),* hay thọ thủ uẩn là Khổ Đế đích thực.

Những cảm thọ lạc trong thân và tâm chỉ khả ý, khả lạc khi chúng tồn tại, nhưng khi chúng biến diệt, chúng được

thay thế bằng sự khó chịu, sự không thoả mãn mà điều này dĩ nhiên là Khổ. Loại khổ được gọi là Hoại Khổ *(vipariṇāma dukkha)* này xảy ra do sự thay đổi, chuyển đổi từ một trạng thái hay điều kiện dễ chịu sang một điều kiện khác tồi tệ hơn. Đối với các bậc Thánh, những cảm thọ lạc giống như yêu nữ, làm cho người ta say mê với nhan sắc của nó và biến thành điên loạn. Đối với các vị, những cảm thọ lạc cũng là những thủ uẩn đáng sợ và tạo thành Khổ Đế thực sự. Đồng thời, những cảm thọ lạc cũng vô thường và đòi hỏi phải nỗ lực tạo điều kiện liên tục để duy trì hiện trạng ấy. Điều này dĩ nhiên là phiền phức và do đó đối với bậc trí nó là cái khổ thực sự.

Đối với thọ xả *(upekkhā vedanā),* và các Thủ Uẩn còn lại — Tưởng, Hành, Thức, và Sắc cũng luôn luôn nằm trong trạng thái tạm bợ và trôi chảy không ngừng, do đó đối với các bậc Thánh chúng cũng thực sự đáng sợ. Mặc dù phải dựa vào các Thủ Uẩn vô thường để sống và chờ chết nhưng nó thật nguy hiểm giống như đang sống trong căn nhà có những dấu hiệu đổ sụp bất cứ lúc nào vậy.

Bản chất tạm bợ của các Thủ Uẩn đòi hỏi phải nỗ lực không ngừng để tạo điều kiện cho sự duy trì hiện trạng của chúng. Hành Khổ *(Saṅkhāra Dukkha)*, cái khổ do phải làm công việc tạo điều kiện không ngừng, này cũng đáng sợ. Do đó, đối với các Bậc Thánh, không chỉ những thọ lạc hay thọ bất lạc mà các thủ uẩn còn lại cũng là Khổ Đế.

Vì tất cả năm thủ uẩn đều được các Bậc Thánh xem như cái khổ thực sự khủng khiếp, nên khi kết luận sự định nghĩa về Khổ Đế, Đức Thế Tôn đã nói, *"Tóm lại, năm thủ uẩn, hay gọi cách khác: Danh và Sắc, vốn có thể gây ra những chấp thủ như Tôi, của tôi, hay thường, lạc, ngã chỉ là Khổ".*

THỦ VÀ THỦ UẨN

Bây giờ chúng tôi sẽ mô tả sự khác nhau giữa Thủ *(upādāna)* và Thủ Uẩn *(upādānakkhandhā). Upādāna* hay thủ có nghĩa là bám chặt hay nắm chặt lấy một cái gì, có bốn loại thủ:

1. *Kāmupādāna* (dục thủ): Bám chặt vào các dục vọng. Nó chính là sự chấp thủ do ái dục sanh.
2. *Diṭṭhupādāna* (kiến thủ): Bám chặt vào những tà kiến. Đó là sự chấp thủ vào quan niệm cho rằng không có nghiệp và quả của nghiệp, không có đời sau, không có Đức Phật Toàn Giác, không có các bậc Thánh A-la-hán. Tất cả những tà kiến khác, ngoại trừ Giới Cấm Thủ Kiến (*Sīlabbata parāmāsa diṭṭhi)* và Ngã Kiến *(Attādiṭṭhi),* đều nằm trong Kiến Thủ *(Diṭṭhupādāna)* này.
3. *Sīlabbatupādāna* (Giới Cấm Thủ), chấp giữ vào những lễ nghi, tín điều, giáo điều. Giới cấm thủ ở đây cần phải hiểu là sự thực hành một hình thức lễ nghi, tín điều nào đó không liên quan đến sự hiểu

biết về Tứ Thánh Đế cũng không liên quan đến việc tu tập Bát Thánh Đạo, và với niềm tin cho rằng chúng sẽ đưa đến sự giải thoát khỏi luân hồi khổ, và dẫn đến sự an tịnh vĩnh hằng, thoát khỏi già, bệnh và chết. Đây là một loại tà kiến *(micchādiṭṭhi),* chấp cái sai cho là đúng.

4. *Attavādupādāna* (Ngã Luận Thủ), chấp giữ luận thuyết cho rằng có linh hồn hay tự ngã. Nó là sự chấp thủ vào niềm tin nơi một linh hồn, cái tôi, một thực thể sống. Kiến chấp này cũng đồng như thân kiến *(sakāyadiṭṭhi)* và ngã kiến *(attadiṭṭhi).*

Trong bốn loại thủ này, dục thủ là dính mắc vào các dục vọng, ái dục. Ba thủ còn lại là các loại tà kiến khác nhau. Do đó chúng ta có thể tóm lại là chỉ có hai loại thủ, *upādāna,* tà kiến và ái dục. Trong hai loại thủ này, một phát sanh từ ước muốn hưởng thụ các dục lạc và một do các tà kiến. Những đối tượng của chấp thủ bao gồm các danh uẩn và sắc uẩn, và vì lẽ chúng có thể gây ra những chấp thủ vào đó như Tôi, của tôi, nên được gọi là thủ uẩn *(upādānakkhandhā).*

Sự chấp thủ xem đó như 'Tôi' là ngã kiến *(attadiṭṭhi),* nó mở đường cho hai tà kiến còn lại. Khi chấp thủ xuất phát từ ái dục, những đối tượng của nó thậm chí có thể không thuộc về bản thân người ấy, song bị chấp thủ vào đó như thể chúng là của họ. Kinh Điển Pāḷi mô tả lòng mong muốn này

dẫn đến sở hữu thủ như thế nào bằng những từ: *“etaṃ mama” (cái này là của tôi).*

Các uẩn Danh và Sắc có thể gây ra sự chấp thủ do lầm tin là tự ngã, thực thể sống, hay sở hữu của tôi được gọi là Thủ Uẩn. Trong khi các danh uẩn không làm phát sanh chấp thủ do ái dục hay tà kiến thì chỉ gọi là các uẩn (*khandhas),* không phải thủ uẩn. Những danh uẩn ấy là thọ, tưởng, hành và thức siêu thế thuộc bốn Đạo và bốn Quả. Chúng chỉ tạo thành Thọ Uẩn, Tưởng Uẩn, Hành Uẩn và Thức Uẩn nên không được xếp vào các Thủ Uẩn.

Các loại sắc, thọ, tưởng, hành và thức hiệp thế mà chúng tôi đã đề cập nhiều lần ở trên là các uẩn vốn kích động sự chấp thủ nên được gọi là thủ uẩn.

Các danh uẩn và sắc uẩn hiệp thế là sắc, tâm và các tâm sở dục giới thể hiện ở sáu cửa giác quan đối với một người không có những thiền chứng mỗi lần họ thấy, nghe, ngửi, nếm, xúc chạm và suy nghĩ. Đối với một người có những thiền chứng, các tâm thiền sắc giới và vô sắc giới *(rūpavacara* và *arūpavacara jhāna cittas)* cũng thể hiện tại ý môn ngoài các uẩn kể trên. Cả năm thủ uẩn này đều là Khổ Đế tạo thành những đối tượng thích hợp cho thiền minh sát. Về sau Đức Thế Tôn đã mô tả chúng như các pháp *(dhammas)* cần phải được tuệ tri (hiểu một cách chính xác và đúng đắn) bằng minh sát trí, và đạo trí. Trong phần ba của bài giảng này chúng tôi đã định nghĩa Chánh Kiến Đạo như trí (hiểu

biết) về khổ đế, đó là, trí phát sinh do quán năm thủ uẩn này vậy.

Ở đây cần nhấn mạnh thêm rằng các danh và sắc thủ uẩn này phải được tự thân mỗi người hiểu rõ như khổ đế thực sự bằng cách thấy rõ tính chất sanh, diệt, vô thường, bất toại nguyện, vô ngã của chúng qua sự quan sát một cách chánh niệm sắc thủ uẩn (mắt và cảnh sắc, tai và âm thanh, v.v…) và danh thủ uẩn (nhãn thức, nhĩ thức, v.v…) khi chúng tự thể hiện ở sáu căn môn mỗi lần thấy, nghe, ngửi, nếm, xúc chạm và suy nghĩ.

Chúng tôi thật hài lòng khi thấy rằng một số hành giả ở trung tâm thiền *(Mahāsi)* này đã thấy được thực tại đúng như thực nhờ thực hành chánh niệm hợp với tinh thần Tứ Niệm Xứ, đó là, ghi nhận từng thể hiện (của danh sắc) khi nó xảy ra ở sáu cửa giác quan. Họ nên tự mừng cho mình là đã biết được Pháp như Đức Thế Tôn đã dạy: *"Tóm lại, năm thủ uẩn là khổ"* và nên cố gắng một cách tích cực hơn nữa để đạt đến tri kiến hoàn thiện. Để tóm tắt, chúng tôi sẽ duyệt lại 12 loại Khổ Đế để giúp cho trí nhớ của quý vị:

1. *Sanh là khổ.*
2. *Già là khổ.*
3. *Chết là khổ.*
4. *Sầu là khổ.*
5. *Bi là khổ.*
6. *Khổ thân là khổ.*
7. *Khổ tâm hay ưu là khổ.*

8. *Não là khổ.*
9. *Gần người đáng ghét là khổ.*
10. *Xa người yêu mến là khổ.*
11. *Mong muốn thoát khỏi già, bệnh, chết và các loại khổ khác nhưng không thực hành Bát Thánh Đạo, mong muốn đó thực là vô ích vì nó sẽ không bao giờ thành tựu. Như vậy mong muốn đạt được những gì không thể đạt được cũng là khổ. Khao khát những gì không thể đạt được trong thế gian này cũng là khổ.*
12. *Tóm lại, mười một loại khổ đã mô tả ở trên, và năm uẩn vốn khích động những chấp thủ như Tôi, của tôi, thực sự là Khổ Đế.*

ĐẠI KINH CHUYỂN PHÁP LUÂN
PHẦN V

Ở phần trước chúng tôi đã đề cập đến sự giải thích về Khổ Đế. Phần này chúng tôi sẽ tiếp tục với sự giải thích về Tập Đế hay sự thực về nguồn gốc của khổ. Trước tiên chúng tôi sẽ điểm lại những đầu đề của Tứ Thánh Đế:

1. Khổ Đế *(Dukkha Saccā).*
2. Tập Đế *(Samudaya Saccā).*
3. Diệt Đế *(Nirodha Saccā).*
4. Đạo Đế *(Magga Saccā).*

Như đã giải thích ở trên, sau khi định nghĩa về Khổ Đế mà Ngài đã tự thân khám phá bằng trí tuệ thể nhập, Đức Thế Tôn tiếp tục đưa ra sự định nghĩa về Tập Đế hay sự thực về nguồn gốc của khổ.

TẬP ĐẾ (SAMUDAYA SACCĀ)

> *Idaṃ kho pana, Bhikkhave, dukkha-samudayo ariya saccaṃ: Yāyaṃ taṇhā ponobhavikā nandīrāsahagatā tatra tatrābhinandinī seyathidaṃ, kāmataṇhā, bhavataṇhā, vibhavataṇhā.*

'Này các Tỳ-kheo, đây là Thánh đế về Khổ tập (nguồn gốc của khổ) mà các Bậc Thánh nên biết: Đó chính là ái này đưa đến tái sanh, câu hữu với hỷ và tham, tìm cầu hỷ lạc chỗ này chỗ kia. Ái này là gì ? Ái có ba loại, đó là dục ái (kāma taṇhā), mong muốn hưởng thụ các dục lạc; hữu ái (bhava taṇhā), khát khao sự hiện hữu vĩnh hằng; và phi hữu ái

(vibhava taṇhā), khát khao sự không hiện hữu, hay tin rằng không còn gì sau khi chết. Ba loại ái này là sự thực về nguồn gốc của khổ hay Tập Đế.'

Như vậy, sự thực về nguồn gốc của khổ tuyên bố rằng ái là duyên động lực trách nhiệm cho tất cả các loại khổ đã giải thích, từ cái khổ của tái sanh cho đến cái khổ của năm thủ uẩn. Để diệt khổ, điều chính yếu là phải biết nhân sanh của khổ. Nó cũng giống như phải làm một cuộc chẩn đoán để biết nguyên nhân của bệnh, nhờ đó mới có thể chữa được bệnh. Đức Thế Tôn đã tự thân thể nhập sự thực về nguyên nhân của khổ này và nhờ vậy đoạn trừ hoàn toàn khổ bằng cách loại trừ nhân của nó. Tập Đế *(samudaya saccā)* hay nguyên nhân của khổ chỉ là tham ái *(taṇhā)*, sự khát khao, thèm muốn các dục trần.

Tham ái đối với các dục trần làm phát sanh sự hiện hữu mới hay nói cách khác là dẫn đến tái sanh *(ponobbhavikā (pono-=puna*再), 【形】再生, *tái sanh).* Bao lâu người ta còn nằm trong sự kềm kẹp của Tham Ái này, tái sanh sẽ mãi liên tục xảy ra. Vấn đề tái sanh xảy ra như thế nào chúng ta sẽ bàn luận ở một phần sau. Ái này đi tìm lạc thú trong các dục trần và chấp thủ chúng. Nó thích thú với những dục trần dường như khả lạc và thậm chí, giống như chất dầu hay thuốc nhuộm bám dính trên bất cứ bề mặt nào nó tiếp xúc, tham ái cũng bám vào các dục trần ấy một cách dai dẳng. Ái này đi tìm vị ngọt lúc chỗ này, lúc chỗ kia. Không bao giờ có sự nhàm chán hay buồn tẻ trong sự theo đuổi lạc thú. Bất kỳ

dục trần dường như khả lạc nào, dù xuất hiện ở đâu, cũng đều đem lại sự thích thú.

Trong cõi người, cuộc sống của giai cấp xã hội thấp kém có thể chẳng có gì hấp dẫn và thích thú đối với những người ở địa vị cao hơn. Tuy nhiên chúng ta có thể thấy những người, không may sanh vào những hoàn cảnh nghèo hèn, nhưng bất chấp cuộc sống của họ có là như thế nào, họ cũng vẫn thích hưởng thụ. Cũng vậy, đối với con người, đời sống thú vật được xem là không khả ái, ghê tởm và khủng khiếp. Mang vào tấm thân của một con rắn hay một loại côn trùng nào đó thật là một ý nghĩ kinh tởm đối với con người. Tuy vậy, nếu chẳng may sự tái sanh xảy ra trong cõi súc sanh, người ta vẫn hài lòng với tấm thân của mình và tìm thấy niềm vui trong cuộc sống của nó. Đó là vì bản chất của tham ái là đi tìm vị ngọt trong mọi hiện hữu, trong mọi dục trần, bất kể tái sanh ở nơi đâu vậy. Do đó Đức Thế Tôn đã mô tả Tham Ái *(taṇhā)* như đi tìm lạc thú lúc chỗ này, lúc chỗ kia, trong mọi hiện hữu, trong mọi dục trần. Điều này được minh hoạ rõ qua những câu chuyện của vua *Sampeya Nāga và Hoàng Hậu Upari.*

CHUYỆN ĐỨC VUA SAMPEYA NĀGA

Trong một tiền kiếp, Bồ Tát sanh trong một gia đình nghèo ở vùng phụ cận sông *Sampa*. Ghen tị với cuộc sống vui thú mà Đức Vua *Sampeya Nāga* hưởng thụ, Đức Bồ Tát đã cố gắng thực hiện các thiện nghiệp bố thí, trì giới. Do kết quả của việc làm ấy, sau khi thân hoại mạng chung, Đức Bồ Tát tái sanh vào cõi Rồng *(Nāga)*, và thấy mình ngự trên ngai vua Rồng Sampeya *(Sampeya Nāga)*, trong hình dáng của một Long Tượng *(Nāga)*. Ở đây cần hiểu Nāga hay rồng cũng chỉ là một loài rắn. Từ cõi người tái sanh làm rồng thật là một điều kinh tởm và đáng sợ. Đức Bồ Tát, nhìn vào hình dạng mới mẻ và kinh khủng của mình, tự nghĩ: *"Do kết quả của những thiện nghiệp bố thí và giữ giới, lẽ ra ta có thể tái sanh vào một trong sáu cõi trời dục giới. Nhưng do ta đã mong ước những lạc thú của Long vương, nên ta phải tái sanh vào thế giới của loài bò sát này. Ôi ! thà chết còn sướng hơn là sống kiếp sống của một long tượng như thế này. ",* và thậm chí ngài còn đùa với ý nghĩ tự tử.

Trong khi ấy một long nữ trẻ có tên *Sumana* ra hiệu cho các long nữ khác mở màn cuộc chiêu đãi vị tân vương của họ. Các tiểu long nữ, mang dáng dấp của các nàng thiên nữ xinh đẹp bắt đầu ca, múa và đánh lên đủ loại nhạc khí. Nhìn thấy các thiên nữ xinh đẹp chiêu đãi mình bằng những bài ca điệu múa và âm nhạc mê hồn ấy, vua *Sampeya Nāga* tưởng tượng Long cung của mình cũng đâu khác cung điện của các vị thiên vương và cảm thấy rất hài lòng. Ngài cũng

biến dạng thành một vị chư thiên và hoà cùng các nàng Long nữ trong cuộc truy hoan đầy vui thú ấy.

Tuy nhiên, là một vị Bồ Tát, ngài dễ dàng trở lại với ý thức thực tại, và quyết định tái sanh trở lại làm người để có thể bồi bổ thêm các Ba-la-mật, như bố thí, trì giới… của mình. Để theo đuổi quyết định này, vua *Sampeya* sau đó trở lại cõi người và ẩn tu trong rừng, giữ giới hạnh trong sạch.

Điểm chúng tôi muốn nhấn mạnh trong câu chuyện *Long Vương Sampeya* này là theo quan niệm nhân gian, thân của loài bò sát là cái gì đó thật khủng khiếp và đáng ghê tởm. Ở giai đoạn đầu của kiếp sống loài Rồng *(Nāga)*, đức Bồ Tát cũng nhìn kiếp sống mới của mình với sự kinh tởm và khiếp sợ; nhưng rồi cảnh những Long nữ hấp dẫn đã tạo ra một sự thay đổi trong cách nhìn của ngài, và cách nhìn này đã làm cho ngài mê đắm, thích thú trong kiếp sống làm Rồng ấy, coi đó như gia đình của mình. Chính tham ái đi tìm lạc thú lúc chỗ này, lúc chỗ kia, bất luận chỗ nào sự tái sanh xảy ra đã khiến đức Bồ Tát chấp nhận hưởng thụ kiếp sống làm Rồng sau sự ghê tởm ban đầu. Tất nhiên trong đó cũng có ước nguyện mà khi còn là một người đàn ông nghèo khổ trong cõi nhân loại ngài đã nguyện được hưởng cuộc sống đầy lạc thú của một vị Long vương. Ước nguyện hay tham ái này đã đưa ngài vào cõi của loài Rồng, hợp với những lời dạy của Đức Thế Tôn, *"Ponobhavikā…làm phát sanh hiện hữu mới."*

CÂU CHUYỆN CỦA HOÀNG HẬU UPARI

Hoàng Hậu *Upari* từng là chánh cung hoàng hậu của vua *Assaka* một thời cai trị xứ *Kāsi*. Hoàng hậu được nói là người rất đẹp. Các vị vua thuở xưa thường chọn những cô gái đẹp nhất trong nước để làm hoàng hậu. Vì thế cho nên, tất cả những hoàng hậu của vua đều là những người có sắc đẹp quyến rũ và đáng yêu. Hoàng hậu *Upari* được xem là nổi bật nhất trong số đó bởi vì sắc đẹp tuyệt trần và sức quyến rũ của nàng. Bị mê đắm bởi vẻ đẹp quyến rũ ấy, Vua *Assaka* đã mất hết cả dũng khí vì nàng.

Dù được đấng quân vương hết lòng sủng ái và trong lúc vẻ duyên dáng cũng như nhan sắc hãy còn xuân thì, Hoàng Hậu đã sớm về chầu tiên cảnh. Ở đây, về chầu tiên cảnh *(to go to the abode of the celestial beings,* hay *went to the gods' abode)* là một cách dùng của người Miến có tính cách văn hoá để biểu thị cái chết của một người trong hoàng tộc. Cũng như, 'bay về' có nghĩa là sự qua đời của một nhà sư, chỉ là cách dùng văn hoa mà thôi. Một người chết thường tái sanh trong một hiện hữu nào đó theo nghiệp của mình. Như trong trường hợp này, Hoàng Hậu Upari, mặc dù nói theo cách hoa mỹ là đã *'về chầu tiên cảnh'*, nhưng thực ra nàng đã tái sanh vào cõi của các con bọ hung thấp kém.

Với cái chết của hoàng hậu yêu mến, Vua Assaka bị thiêu đốt mãnh liệt bởi ngọn lửa sầu bi. Ông cho người mang xác hoàng hậu ướp dầu, đặt trong một cỗ quan tài kiếng và giữ nó dưới gầm giường của ông. Do sầu ưu áp đảo, vua nằm

liệt giường không ăn không ngủ, tối ngày than khóc cái chết của hoàng hậu. Hoàng thân quốc thích, và các quan lại trong triều cố gắng an ủi và nhắc cho ngài nhớ bản chất vô thường, hữu vi của kiếp sống, song tất cả đều vô ích. Xác hoàng hậu trong quan tài, nhờ ướp dầu, giữ được lâu dài giống như những xác ướp bằng các loại hoá chất trong thời hiện đại. Do đó, đối với đức vua hoàng hậu có vẻ như đang nằm ngủ trong quan tài mà thôi. Hình ảnh xác chết đã tác động như chất nhiên liệu tiếp sức cho sầu bi đang thiêu đốt trong tâm can đức vua suốt bảy ngày.

Lúc bấy giờ, Đức Bồ Tát là một vị đạo sĩ, có các năng lực thần thông, đang sống trong núi Himalayas. Tình cờ một hôm ngài dùng năng lực thần thông của mình quét qua toàn cõi thế gian, và thấy Vua *Assaka* đang đau khổ với nỗi sầu ưu mãnh liệt. Ngài cũng biết rằng không một ai trừ ngài có thể cứu được đức vua khỏi sầu muộn này. Vì thế, bằng năng lực thần thông, ngài bay đến vườn thượng uyển của Vua *Assaka*.

Tại đó ngài gặp một thanh niên Bà-la-môn và hỏi thăm về tình hình của đức Vua. Thanh niên bà-la-môn kể cho ngài biết đức Vua đang bị sầu ưu áp đảo như thế nào và thỉnh cầu ngài cứu giúp đức vua. Đạo Sĩ trả lời: *"Bần đạo không biết đức vua. Nhưng nếu ngài đến và hỏi, bần đạo có thể nói cho ngài biết về kiếp sống hiện tại của hoàng hậu."* Nghe như vậy thanh niên bà-la-môn liền đi đến đức vua và tâu: *"Tâu đại vương, một vị đạo sĩ có thiên nhãn thông và thiên nhĩ thông đã đến vườn thượng uyển. Vị này nói ông*

biết và có thể chỉ cho ngài thấy kiếp sống hiện tại của hoàng hậu quá cố. Đến gặp vị ấy thật là một điều đáng làm lúc này.”

Nghe nói vị đạo sĩ có thể chỉ cho mình biết kiếp sống hiện tại của hoàng hậu, ngay lập tức đức vua cho thắng xe đi đến vườn thượng uyển. Đến nơi, vua đảnh lễ vị đạo sĩ và nói: *“Kính bạch đạo sĩ, có thực ngài khẳng định rằng ngài biết kiếp sống hiện tại của hoàng hậu Upari không?*’’ Khi nghe vị đạo sĩ thừa nhận lời khẳng định của mình, đức vua muốn biết hiện giờ hoàng hậu tái sanh về đâu.

“Tâu đại vương, sinh tiền hoàng hậu chỉ biết ham thích vẻ đẹp bề ngoài của mình và rất dương dương tự đắc về nó. Bà đã dành hết thì giờ cho việc trang điểm để làm cho mình hấp dẫn và quyến rũ hơn, quên hết cả việc thực hiện những nghiệp công đức như bố thí, giữ giới. Hậu quả là bà đã chuyển sang một kiếp sống thấp hèn. Hiện giờ hoàng hậu đã tái sanh làm một con bọ hung cái ngay trong vườn thượng uyển này”, vị đạo sĩ kể lại toàn bộ câu chuyện một cách rất chân thành.

Phàm những người, nhờ thiện nghiệp, được hưởng những đặc ân như giàu sang, danh gia, giáo dục, địa vị, đẹp người, v.v…thường hay tỏ ra kiêu kỳ với những người khác. Bị tính kiêu căng và tự phụ hão huyền này bao phủ, họ trở nên dễ duôi không thực hiện những việc làm công đức. Sự khiêm tốn không giữ một vai trò nào trong phẩm cách của họ. Trong Kinh Tiểu Nghiệp Phân Biệt *(Cūḷakammavibhaṅga)*

Đức Thế Tôn dạy rằng những người kiêu căng, ngạo mạn như vậy rất có thể phải đi tới những nơi tái sanh hạ liệt sau khi chết. Ngược lại, những người không tự phụ, luôn luôn tỏ ra khiêm tốn và kính lễ các bậc đáng kính lễ sẽ được tái sanh trong những gia đình cao quý.

Hoàng hậu Upari trong câu chuyện này cực kỳ xinh đẹp và là chánh cung hoàng hậu của một vị quân vương có địa vị rất cao trong cuộc sống. Những tính chất nổi bật này làm cho nàng say sưa và khinh thường những người mà lẽ ra nàng phải tỏ ra tôn kính. Do thái độ và hành nghiệp bất thiện ấy, đoán chừng nàng đã phải tái sanh làm một con bọ hung cái thấp hèn là điều có thể xảy ra. Khi nghe vị đạo sĩ giải thích về sự tái sanh của hoàng hậu như một con bọ hung cái như vậy, Vua Assaka lập tức bác bỏ nó, ngài nói rằng *"Trẫm không tin điều đó!"*

Vị đạo sĩ trả lời, *"Bần đạo không những có thể chỉ cho Đại Vương thấy con bọ hung cái ấy mà còn bắt được nó nói chuyện nữa."* Đức Vua nói: *"Được rồi. Khanh hãy làm điều đó và khiến cho cô ta nói chuyện đi."* Vị đạo sĩ dùng năng lực thần thông của mình và chú nguyện cho hai con bọ hung xuất hiện trước mặt đức vua.

Khi con bọ hung đực và con bọ hung cái chui ra khỏi đống phân và xuất hiện trước mặt đức vua, vị đạo sĩ nói, *"Tâu Đại Vương, con bọ hung cái đang đi phía sau ấy chính là chánh cung hoàng hậu Upari của ngài. Sau khi từ bỏ ngài, cô nàng giờ đây lẽo đẽo theo con bọ hung đực bất cứ*

chỗ nào nó đi tới. Đại vương hãy nhìn kỹ con bọ hung cái mà mới đây là Upari, chánh cung hoàng hậu của ngài xem.”

Đức vua không tin vị đạo sĩ: *“Trẫm không thể nào tin rằng một con người thông minh như hoàng hậu Upari lại phải tái sanh làm con bọ hung cái này được.”*, vua nói.

Thực sự, đối với những người không tin hoàn toàn vào luật nhân quả (tức không tin nghiệp và quả của nghiệp), những người không hiểu lý duyên sinh, như đã giải thích trong *Paṭiccasamuppāda (Pháp Duyên Sanh hay Thập Nhị Nhân Duyên)*, sẽ khó mà có thể chấp nhận được sự kiện từ một con người lại phải hạ sanh thấp đến mức thành một con bọ hung như vậy. Ngay cả ngày nay, khi giáo pháp của Đức Phật được truyền bá rộng rãi khắp mọi nơi, cũng có những người chấp giữ quan niệm cho rằng *“Khi con người chết, họ không thể tái sanh vào một cõi thấp hơn cõi người được.”* Vì thế, vào thời kỳ đen tối, khi giáo pháp của Đức Phật vẫn chưa ai được nghe đến, những câu chuyện tái sanh như thế này được người ta chấp nhận với sự hoài nghi là việc bình thường không có gì đáng ngạc nhiên cả.

Tuy nhiên, theo lời dạy của Đức Phật, bao lâu một người chưa đạt đến địa vị Thánh nhân, họ vẫn có thể, từ cõi người hay cõi trời, đi xuống bốn trạng thái hiện hữu thấp hơn. Do một nghiệp bất thiện, và phản ứng của tâm ngay trước lúc chết làm duyên, sự tái sanh có thể xảy ra nơi một trong các cõi thấp, đó là bốn ác đạo: địa ngục, ngạ quỷ, súc sanh và A-tu-la. Ngược lại, do một thiện nghiệp và thái độ

của tâm ngay ngưỡng cửa tử, một chúng sanh có thể từ cõi thấp đi lên các cõi cao hơn, như cõi người hoặc cõi chư thiên.

Có câu chuyện kể về một vị Tỳ-kheo tên Tissa, do khởi tâm luyến ái đối với tấm y vàng mới nhận trước khi chết, đã tái sanh làm con rệp ngay trong tấm y này. Một câu chuyện khác kể về con ếch thọ tử khi đang nghe Đức Phật thuyết pháp. Con ếch chết và tái sanh làm một vị chư thiên trong cõi trời Tam Thập Tam Thiên. Đây là những ví dụ có thể xem như những bằng chứng hiển nhiên của sự biến đổi (thân tướng) vào lúc tái sanh.

Nhưng đức Vua Assaka, do không được nghe những câu chuyện như thế này, nên đã không thể chấp nhận việc hoàng hậu yêu quý của mình trở thành một con bọ hung cái. Vị đạo sĩ lúc đó đề nghị rằng ông sẽ làm cho con bọ hung cái nói chuyện. Đức Vua chấp thuận đề nghị ấy. Vị đạo sĩ liền dùng năng lực thần thông của mình chú nguyện, tạo ra cuộc đối thoại giữa ông và con bọ hung cái mà đức vua và thính chúng có thể hiểu được.

"Ngươi là ai trong kiếp trước ?", vị đạo sĩ hỏi.

"Con là chánh cung hoàng hậu Upari của đức vua Assaka", con bọ hung trả lời.

"Thế bây giờ, này bọ hung, ngươi có còn yêu đức vua Assaka, hay ngươi chỉ yêu con bọ hung đực này ?"

Trước câu hỏi ấy, con bọ hung cái trả lời: *"Thực sự, vua Assaka là chồng của con trong kiếp trước thật. Lúc đó,*

con thường dạo chơi quanh vườn thượng uyển nay cùng với đức vua để thọ hưởng năm thứ dục lạc. Nhưng, bây giờ, con đã ở trong một hiện hữu mới, con không còn liên quan gì với đức vua Assaka nữa."

Bản dịch của chú giải về câu trả lời của con bọ hung cái này như sau: *"Trong kiếp hiện tại này, có thể con còn muốn giết đức vua Assaka để lấy máu của ông ta rửa chân cho con bọ hung, là chồng yêu quý của con hiện nay nữa".* Cách giải thích này của chú giải làm cho câu trả lời của con bọ hung cái nghe có vẻ quá nhẫn tâm và vô cảm, nhưng vì cô nàng đang nói chuyện trước mặt con bọ hung đực, người chồng yêu quý của cô hiện tại, lẽ tự nhiên là cô muốn làm vui lòng chồng mình vậy. Trong cuộc sống hàng ngày, chúng ta có thể dễ dàng bắt gặp rất nhiều những trường hợp ghẻ lạnh rõ rệt như vậy giữa những cặp vợ chồng cũ, chia tay nhau không phải do chết mà do trong cuộc sống không hợp nhau…Do đó những bình luận của chú giải là hoàn toàn hợp lý.

Jātaka (Chuyện Tiền Thân), thuộc văn hệ Pāḷi thì diễn tả câu trả lời của con bọ hung cái như vầy: *"Bạch ngài (đạo sĩ), con là người đã từng yêu thương đức vua Assaka và thường dạo chơi cùng đức vua trong khu vườn này, người cũng rất yêu thương con và là chồng của con lúc đó. Nhưng bây giờ, niềm vui và những lo toan của kiếp sống mới hiện tại đã che mờ niềm vui và những lo toan của kiếp sống cũ. Niềm vui và những lo toan mới vượt qua niềm vui và những*

lo toan cũ, con yêu người chồng hiện tại của con là con bọ hung đực này hơn con đã yêu đức vua Assaka.”

Giải thích của chú giải về những từ *“yêu thương hơn”* gây thích thú cho người đọc. Chú giải nói *‘yêu thương hơn’* có nghĩa là *‘yêu một trăm lần hơn, hay yêu một ngàn lần hơn’,* chỉ ra sức mãnh liệt của tình yêu thiên về người chồng mới.

Đức vua Assaka vô cùng đau khổ khi nghe những lời ghẻ lạnh nhẫn tâm và vô cảm từ đôi môi của con bọ hung cái. Ngài thầm nghĩ: *“Ta đã yêu thương và quý mến nàng quá nhiều đến nỗi ta không thể tự mình quăng bỏ cái xác của nàng đi. Nhưng nàng đã trở nên ác cảm và kinh tởm đối với ta.”*

Đức vua giờ đây cảm thấy chán ghét hoàng hậu Upari đến mức, trong lúc đang ngồi tại chỗ ấy, vua đã ra lệnh: *“Hãy đi và thủ tiêu cái xác của người đàn bà ấy cho ta.”* Rồi sau khi đã tắm rửa sạch sẽ, đức vua quay trở về cung điện. Ngài tấn phong một nữ nhân khác trong triều làm chánh cung hoàng hậu và tiếp tục cai trị đất nước một cách anh minh. Còn vị đạo sĩ, đức Bồ-tát, sau khi ban cho vua những lời khuyên hữu ích, cũng quay trở về nơi ẩn cư của mình ở Himalaya.

Bài học từ câu chuyện này là: hoàng hậu Upari, khi ở cõi người, vui thú trong tính cách làm một con người và làm hoàng hậu lúc đó. Nàng chưa bao giờ, thậm chí cả trong giấc mơ, nghĩ là mình sẽ bị tái sanh làm một con bọ hung cái.

Nhưng bất ngờ khi tái sanh làm một con bọ hung cái, phù hợp với nghiệp quá khứ của nàng, lập tức nàng chấp nhận cuộc sống và vui thú trong thân tướng của một con bọ hung. Nàng xem trọng và yêu thích thân hình của con bọ hung đực một trăm lần, một ngàn lần nhiều hơn thân hình của đức vua Assaka.

Việc cô cảm thấy hoàn toàn tự nhiên trong kiếp sống thấp hèn của mình như một con bọ hung là do Tham Ái *(taṅhā)*, vốn đi tìm sự thích thú ở khắp mọi nơi; đó là lý do tại sao Đức Phật lại nói, *"Tatra tatrābhinandinī* - Tham ái *(taṅhā)* có khuynh hướng thích thú bất cứ chỗ nào nó tìm được sự tái sanh.

Tái sanh làm chó, nó vui thú trong kiếp sống của một con chó; tái sanh làm heo, làm gà hay bất cứ làm một chúng sanh nào, cũng đều có sự thích thú trong mỗi kiếp sống ấy. Ngay cả khi đã được sanh ra làm con của một gia đình giàu có thuộc tầng lớp thượng lưu, cũng có những trường hợp những đứa con này sau đó lâm vào cảnh nghèo khổ nhưng chúng vẫn vui hưởng cuộc sống nghèo khổ của chúng ở đó. Thậm chí có đứa còn kháng cự lại những cố gắng của cha mẹ nhằm đưa chúng trở lại nếp sống của gia đình, bởi vì chúng đã tìm thấy niềm vui trong cuộc sống mới, dù nghèo khổ, của chúng. Chính tham ái đã cho chúng sự vui thú dù là ở đâu vậy.

TÁI SANH XẢY RA NHƯ THẾ NÀO

Bây giờ chúng tôi sẽ bàn về *'ponobhavika'* — khuynh hướng làm phát sanh những hiện hữu mới hay nói khác hơn là khuynh hướng dẫn đến Tái Sanh.

Vì lẽ Ái *(taṇhā)* có trạng thái tự nhiên là ham thích và dính mắc, một chúng sanh tìm thấy sự thích thú ở bất kỳ kiếp sống nào nó sanh ra và hưởng thụ bất kỳ đối tượng giác quan nào xuất hiện. Bởi vì nó nhận thấy kiếp sống của nó thật thú vị và khả ái, nên bắt đầu có sự ước muốn cho kiếp sống ấy được trường cửu, vững bền và những đối tượng khả lạc được kéo dài mãi mãi. Trong cố gắng để duy trì chúng đúng như ước nguyện, các tâm hành bắt đầu hoạt động. Những Nghiệp *(kamma)* hay tâm hành này, có thể là thiện hoặc bất thiện, là nhân cho tái sanh trong những hiện hữu mới.

Như vậy, khi một người sắp chết, một trong ba hiện tượng này có thể xuất hiện trước con mắt tâm của họ, đó là 1. Nghiệp *(kamma)*: nghiệp thiện hay bất thiện; 2. Nghiệp tướng *(kamma-nimitta):* biểu tượng của nghiệp, có thể là cảnh sắc hoặc âm thanh, mùi, vị, sự xúc chạm hay ý niệm có được vào lúc phạm nghiệp ấy; 3. Thú tướng *(gati-nimitta)*: đây là dấu hiệu của số phận, dấu hiệu về kiếp sống kế tiếp nơi đây người ấy sẽ đi đến để mở ra một kiếp sống mới do kết quả của nghiệp đã tạo. Nghiệp, nghiệp tướng, hay thú tướng xuất hiện đối với người sắp chết được bám chặt bởi năng lực tham ái và không thể nào xua tan khỏi tâm trí người ấy.

Cũng giống như cái bóng của một ngọn núi do mặt trời chiều để lại trên mặt đất và bao phủ nó như thế nào, những cảnh của nghiệp, nghiệp tướng hay thú tướng xuất hiện ở các cửa giác quan này cũng vậy, hoàn toàn chiếm lĩnh tâm của người ấy. Những cảnh trần này được bám giữ dai dẳng bởi tốc hành tâm cận tử *(maraṇasanna javana),* hay gọi cách khác là Hành Tác Thức *(abhisaṅkhāra viññāṇa).*

Chú thích: Phù hợp với câu: *kammaṃ khettam, viññāṇaṃ bijaṃ taṅhā sinoho* trong *Aṅguttara, Ṭika Nipāta* về sự xuất hiện của Kiết Sanh Thức *(paṭisandhi viññāṇa)* trong kiếp sống mới, theo đó phước nghiệp hay phi phước nghiệp phục vụ như một thửa ruộng. Tác Hành Thức như hạt giống cho sự phát triển của Kiết Sanh Thức, và Ái *(taṅhā)* có thể ví như sự ẩm ướt hay yếu tố nước (thúc đẩy sự phát triển). Ở đây, Tác Hành Thức (*abhisaṅkhāra viññāṇa,* thức tạo điều kiện hay làm duyên cho hiện hữu mới), theo Chú giải, là thức kèm theo tư *(cetana).* Theo cách tương tự, nó khởi lên cùng với tư *(cetana)* thứ nhất, và nó cũng kèm theo các tư *(cetana)* sau đó và như vậy, thức xuất hiện sau đó cũng được định danh là Tác Hành Thức *(abhisaṅkhāra viññāṇa).* Đặc biệt, thức của tốc hành tâm cận tử *(maraṇasanna javana viññāṇa)* lấy nghiệp, nghiệp tướng hay thú tướng làm đối tượng của nó phải được gọi là Tác Hành Thức *(abhisaṅkhāra viññāṇa)* bởi vì chính từ thức của tốc hành tâm cận tử này mà kiết sanh thức sanh. Ngoài ra, một hạt giống chỉ nảy mầm khi có sự tiếp xúc với nước, sự ẩm

ướt như thế nào thì theo cách tương tự, hạt giống của thức cũng nhận sự hỗ trợ và khích lệ bởi ái vốn đi kèm hay đi trước liền theo nó, chính ái này bám chặt vào nghiệp, nghiệp tướng, hay thú tướng như đối tượng của nó và làm phát sanh kiết sanh thức.

Liền sau sự diệt của sát-na tâm tử các uẩn danh và sắc, tâm tục sanh *(paṭisandhi citta)*, bám chặt vào nghiệp, nghiệp tướng, hay thú tướng như đối tượng của nó, khởi lên ở một vị trí mới trong một kiếp sống mới hoàn tất cùng với căn vật lý mà nó dựa vào. Cùng sanh với mỗi thức còn có các tâm sở *(cetasikas)*. Kiết sanh thức được theo sau bởi các tâm hữu phần *(bhavaṅga)* tiếp tục trôi chảy suốt kiếp sống do nghiệp lực riêng của mỗi người quy định. Sự sanh khởi của một kiếp sống mới xảy ra do hai yếu tố: nghiệp riêng của một người và tham ái *(taṅhā)*. Tuy nhiên, không có tham ái nghiệp tự nó không thể tạo ra một sanh hữu mới được.

Đối với một vị A-la-hán, các phước nghiệp quá khứ sẽ cho những quả lành trước khi vị ấy nhập diệt *(parinibbāna)*. Những món quà phong phú mà Trưởng-lão Sīvali thọ nhận, sức khoẻ hoàn hảo mà Trưởng-lão Bākula được hưởng là những ví dụ của quả lành. Tuy nhiên những phi phước nghiệp của các ngài cũng sẽ cho những quả dữ như trường hợp thiếu ăn của Trưởng-lão Lossakatissa, hay nghiệp chướng mà Trưởng-lão Moggalāna (Mục-kiền-liên) phải trả,

bị bọn người xấu ác đánh bằng gậy gộc cho đến chết. Tuy nhiên, những nghiệp này không còn tiềm lực để tạo ra sự tái sanh mới vì chúng không còn tham ái *(taṅhā)*. Không có sự hỗ trợ và khuyến khích của tham ái vào lúc cận tử, Tác Hành Thức *(abhisaṅkhāra viññāṇa)* không thể sanh và vì vậy không có sự tái sanh xảy ra. Vì lý do này, chỉ một mình tham ái *(taṅhā)* được cho là nhân của sự hiện hữu mới hay tái sanh…*ponobhavikā,* mà thôi.

Do tham ái tạo thành nhân căn để của hiện hữu mới nên Đức Thế Tôn đã xác định Tham Ái là nhân của tái sanh. Đây là những từ mà ngay trong bài pháp đầu tiên *(Kinh Chuyển Pháp Luân)* Đức Thế Tôn đã dùng để giảng dạy về sự hiện hữu của đời sau. Mặc dù lời dạy này rõ ràng đến như vậy, nhưng vẫn có một nhóm người chủ trương rằng *"Đức Thế Tôn chỉ dạy về kiếp sống hiện tại. Ngài không đụng chạm gì tới kiếp sống tương lai."* Chúng tôi không biết chắc rằng những người này có đang kết hợp những lời dạy của Đức Phật với Đoạn Kiến *(uccheda vāda)* hay không, nhưng phải nói đây là một cố gắng hết sức lầm lạc của họ! Tuy nhiên, trong thực tế bao lâu Tham Ái *(taṇhā)* còn tồn tại, do không tu tập Bát Thánh Đạo, hay ngay cả có tu tập, song chưa đạt đến chỗ hoàn mãn, chừng ấy Tham Ái này vẫn sẽ tiếp tục phục vụ như nhân căn để cho sự hiện hữu mới.

Khi Bát Thánh Đạo đã được tu tập hoàn mãn và A-la-hán Thánh Đạo và Thánh Quả đã được đạt đến, tham ái sẽ bị đoạn trừ hoàn toàn, lúc đó sẽ không còn tái sanh nữa. Như vậy, khi vận dụng trí phản khán để hồi nhớ lại sự giác ngộ,

như Đức Phật hoặc một vị A-la-hán thường làm, ý nghĩ này luôn luôn khởi lên đối với các Bậc Thánh: *Ayaṃ antima jāti, natthi dani ponabhavoti...Đây là kiếp sống cuối cùng. Không còn phải tái sanh lại nữa.* Sự suy quán này cũng được đề cập trong một phần sau của Kinh Chuyển Pháp Luân. Điều này cho thấy rõ rằng trừ phi tham ái được bứng gốc hoàn toàn, bằng không những kiếp sống mới hay sự trở thành mới chắc chắn vẫn cứ tiếp tục xảy ra.

Tham ái này đưa đến tái sanh như thế nào sẽ được minh hoạ qua một số câu chuyện ở đây. Thực ra có hàng ngàn câu chuyện chứng minh cho sự kiện này, nhưng chỉ cần lấy ba câu chuyện từ các bản Chú Giải Pāḷi và bốn hoặc năm câu chuyện của thời hiện đại này là đủ.

TRONG CÕI PHẠM THIÊN VỊ ẤY CHÓI SÁNG TRONG CHUỒNG HEO VỊ ẤY CŨNG THẤY THÍCH THÚ

Một thời Đức Thế Tôn đang đi vào làng Rājagiri để khất thực. Nhìn thấy một con heo cái nhỏ, Đức Thế Tôn mỉm cười. Để ý thấy những ánh hào quang trắng chiếu ra từ răng của Đức Phật, Tôn giả Ānandā biết rằng Đức Phật đang mỉm cười. Do đó, Tôn giả bạch hỏi, *'Bạch Đức Thế Tôn, điều gì đã khiến Đức Thế Tôn mỉm cười ?'*

Đức Phật chỉ con heo cái nhỏ cho Ānandā thấy và nói, *"Ông có thấy con heo cái nhỏ đó không ? Thời Đức Phật Kakusan con heo ấy là một thiếu nữ trong kiếp người. Khi thiếu nữ này chết, cô ta tái sanh làm một con gà mái ở gần*

trai đường của một ngôi chùa nọ. Con gà mái nhỏ rơi vào nanh vuốt của một con diều hâu. Nhưng trước đó con gà mái tình cờ được nghe một vị thiền sư tụng một đề tài thiền mà điều này đã làm khởi lên trong nó những thiện ý. Do nhờ phước báu này, con gà mái nhỏ tái sanh làm một nàng công chúa có tên là Ubbari trong một gia đình hoàng tộc. Công chúa Ubbari sau này từ bỏ đời sống gia đình và trở thành một nữ khất sĩ. Sống trong trú xứ của các vị khất sĩ một hôm cô tình cờ nhìn thấy những con giòi trong hố xí. Hình ảnh những con giòi trở thành một đề mục thiền (quán tính chất đáng kinh tởm của một tử thi lúc nhúc giòi hay quán một đề mục màu trắng) nhờ hành thiền trên đó cô đạt đến sơ thiền. Sau khi chết, cô tái sanh làm một vị Phạm Thiên trong cõi sơ thiền sắc giới. Hết thời hạn ở cõi Phạm Thiên, cô tái sanh làm con gái của một vị trưởng giả trong cõi nhân loại. Chết từ cõi đó cô tái sanh làm con heo cái hiện nay. Thấy được những sự kiện này khiến cho Như Lai mỉm cười vậy."

Nghe xong câu chuyện tái sanh tiếp diễn trong nhiều kiếp sống khác nhau này, Tôn giả Ānandā và các vị Tỳ-kheo khác trở nên kinh cảm. Đức Thế Tôn dừng bước khất thực và trong khi vẫn đứng trên đường cái, ngài dạy pháp bằng sáu vần kệ, bài kệ thứ nhất trong đó như sau:

Yathāpi mūle anupaddave daḷhe,
chinnopi rukkho punareva rūhati;
Evampi taṇhānusaye anūhate,
nibbattatī dukkhamidaṃ punappunaṃ.

Như cây bị chặt đốn,
Gốc chưa hại vẫn bền
Ái tùy miên chưa nhổ,
Khổ này vẫn sanh hoài

(Nếu gốc của một cái cây vẫn chưa bị hoại và còn trong tình trạng tốt, ngay cả khi các cành nhánh ở trên có bị chặt đứt, cây đó vẫn sẽ mọc lên trở lại và phát triển những mầm chồi mới. Cũng vậy, nếu các phiền não (tuỳ miên) chưa bị đoạn trừ bằng Thánh Đạo, cái khổ của tái sanh này cứ vẫn sẽ liên tục phát sanh.)

Những gì bài kệ này muốn truyền đạt là: "Trong kiếp sống làm công chúa Ubbari, cô ta đã từ bỏ thế gian để trở thành một du sĩ. Nhờ hành thiền, cô đạt đến sơ thiền, một thiền chứng có thể xua tan hay trừ khử các phiền não bằng cách trấn áp *(vikkhambhana pahāna—*鎮伏*,trấn phục đoạn trừ)*, song chỉ những phiền não thuộc cấp độ vi phạm *(pari+uṭṭhāna*, 梵 *paryuṭṭhāna)*, đó là, sự khát khao đối với các dục lac xuất hiện như những dục niệm ở ý môn (cửa tâm) mà thôi. Bằng phương tiện Trấn Phục Đoan Trừ, thiền có thể trừ diệt các phiền não ở một mức nào đó trong một thời gian nhất định nào đó. Như vậy cô có thể xua tan ái dục khi chứng thiền và sau đó trong cõi Phạm Thiên. Nhưng khi cô tái sanh trở lại trong cõi người như con gái cua một vị trưởng giả, ái dục xuất hiện trở lại do nó vẫn chưa bị bứng gốc bởi Thánh Đạo. Tất nhiên, hữu ái *(bhava taṅhā)*, tham muốn hiện hữu, vẫn tồn tại ngay cả khi cô đã đắc thiền. Vì thế, do những phiền não ngủ ngầm *(tuỳ miên)* chưa bị bứng gốc hoàn

toàn, từ cõi Phạm Thiên cô phải đi xuống cõi người, rồi vào kiếp sống của một con heo. Bao lâu tham ái vẫn còn, sự tái sanh sẽ liên tục xảy ra theo cách này trong những kiếp sống khác nhau.

Liên quan đến câu chuyện từ cõi Phạm Thiên rớt xuống kiếp heo này, các vị Sayādaw thuở xưa đã để lại một câu châm ngôn *"Trong cõi Phạm Thiên cô nàng chói sáng; trong chuồng heo cô nàng cũng thấy thích thú."* Tuy nhiên, không thể từ cõi Phạm Thiên tái sanh thẳng làm heo; hay làm các con vật khác hoặc sanh thẳng vào cõi ngạ quỷ hay các cõi khổ khác liền. Nhờ *upacāra bhāvanā* (cận thiền hay định gần với bậc thiền) đã đạt đến trước đó, sự tái sanh chỉ có thể xảy ra trong cõi người hay trong một cõi trời dục giới nào đó mà thôi. Con heo cái nhỏ trong câu chuyện trên cũng đã trải qua kiếp người như con gái của vị trưởng giả. Sau khi đã làm con gái của vị trưởng giả cô mới tái sanh trong kiếp sống của một con heo. Điều này hoàn toàn có thể xảy ra vì một nghiệp xấu mà cô đã phạm khi làm người, đó là, cô đã tỏ ra kiêu căng, xấc xược đối với những người lẽ ra cô phải tỏ lòng tôn kính.

Khi con heo cái chết, nó tái sanh trong một gia đình hoàng tộc ở *Suvaṇṇabhumi*, vùng đất này thường được cho là xứ *Thaton (Miến Điện).* Tuy nhiên, một số học giả lại cho *Suvaṇṇabhumi* là đảo *Sumatra (một đảo ở Ấn Độ Dương),* dựa vào những ký tự do Vua Devapala cho khắc trên đồng, khoảng năm Phật Lịch thứ 1500.

Khi công chúa của xứ *Suvaṇṇabhumi* qua đời, cô tái sanh làm một người nữ ở *Bārānasi,* Ấn Độ. Chết ở kiếp đó, cô

tái sanh làm một cô gái ở vùng *Vanarāsi*, đông nam thành phố *Bombay*. Chết từ kiếp đó, cô tái sanh làm con gái của người buôn ngựa ở thành phố cảng *Suppāraka*, tây bắc Bom Bay. Kế tiếp, cô tái sanh làm con gái của một chủ tàu ở cảng *Kāvira*, vùng cực nam bán đảo Indian. Đây là vùng đất ven biển do người *Tamil* trước đây gọi là *Damila* cư trú. Sau kiếp đó, cô tái sanh trong gia đình của một viên chức chính phủ tại *Anuradha* của Tích Lan ngày nay. Kiếp kế tiếp, cô là con gái của một người đàn ông giàu có, tên *Sumana ở Bhokkanta*, một ngôi làng nằm ở phía nam của *Anuradha*. Cô cũng lấy tên *Sumana* giống như cha. Sau đó cha cô dọn nhà về ở tại *Mahāmuni*, một ngôi làng thuộc huyện *Dīghavāpi*. Một hôm một vị quan cận thần của đức vua *Duṭṭhagāmini*, tên *Lakundaka Atimbara* tình cờ đến thăm ngôi làng *Mahāmuni* về một công việc gì đó. Ngay khi thấy thiếu nữ *Sumana*, ông đâm ra yêu nàng như điên như dại. Ngay lập tức ông xin làm đám cưới với cô và mang cô về làng *Mahāpuṇṇa* của ông.

Trưởng lão *Mahā Anuruddha* cư ngụ tại chùa *Taungsun*, môt hôm đi khất thực trong ngôi làng của cô. Trong khi chờ để được cúng dường vật thực ở cổng nhà *Sumana*, ngài nhìn thấy *Sumana* và nói với các vị Tỳ-kheo cùng đi: *"Này các hiền đệ, thật kỳ diệu làm sao! thật đáng kinh ngạc làm sao! Con heo cái thời Đức Phật bây giờ là vợ của quan cận thần Lakundaka Atimbara kìa."*

Nghe được lời cảm thán này, *Sumana*, vợ của vị quan cận thần, phát triển được trí nhớ tiền kiếp *(jatissara ñāṇa)*. Với sự trợ giúp của năng lực này, cô hướng tâm đến các kiếp sống trước mà mình đã trải qua. Do kết quả của việc nhớ lại

các tiền kiếp, cô trở nên kích động với nỗi sợ hãi về viễn cảnh của những lần tái sanh trong vòng sanh tử luân hồi. Xin được phép của chồng, cô đi đến một ngôi chùa ni và xin được xuất gia. Sau khi xuất gia, một lần cô được nghe bài Kinh Đại Niệm Xứ tại Tu Viện *Tissa Mahā Vihāra*. Thực hành chánh niệm theo bài Kinh, cô đắc Nhập Lưu Thánh Đạo và Nhập Lưu Thánh Quả, trở thành bậc Thánh Tu-đà-hoàn. Rồi khi đức vua *Duṭṭhagāmini* lên ngôi, cô trở lại làng *Bhokkhanta*, bản xứ của mình, tại Đại Tự Kalla *(Kalla Mahā Vihāra) c*ô được nghe bài *Kinh Āsivisopamā*[8] và chính bài kinh này đã giúp cho cô đạt đến Đạo Quả A-la-hán, và giải thoát hoàn toàn khỏi ái dục.

Xem xét một cách tỉ mỉ và thấu đáo mười ba kiếp sống của Sumana, có thể bạn sẽ khởi lên tâm kinh cảm, một ý thức tâm linh khẩn cấp. Khi người thiếu nữ thời Đức Phật Kakusan chết, cô bỏ lại đằng sau gia đình, tài sản và thân xác. Trong khi gia đình và bè bạn thương tiếc cái chết của

---

[8] Āsīvisopama Sutta, là bài Kinh do Trưởng Lão Majjhantika thuyết cho Vua Rồng Aravāla *(Nāga-king Aravāla)* và dân chúng ở *Kasmīra và Gandhāra.*

Tám mươi ngàn người nghe chấp nhận theo Đaọ Phật và một trăm ngàn người đã xuất gia sau bài Pháp này.(Sp.i.66; Mhv.xii.26).

Bài Kinh cũng được ngài Mahinda thuyết tại *Anurādhapura* (Tích Lan) thuyết vào ngày thứ ba sau khi đến thành phố này. Ba mươi ngàn người đã được chuyển sang Đạo Phật. Ibid., xv.178-9; Sp.i.80; Mbv.133.。

cô, cô tái sanh làm một con gà mái. Thật là một ý nghĩ đáng sợ, từ một con người phải tái sanh làm một con gà mái ! Con gà mái ấy chắc hẳn cũng có gia đình và bè bạn. Nó gặp một cái chết khủng khiếp như bị chặt đầu khi một con diều hâu dùng mỏ quắp lấy nó và quật nó một cách dã man. Tuy nhiên cũng có điều an ủi là nó được tái sanh làm một công chúa do phước nghe kinh *(từ một vị sư tụng đề tài thiền).* Dĩ nhiên con gà mái không biết tí gì về Pháp, nhưng vì nó có sự chú ý chân thành đối với lời kinh, một chút phước nào đó đã phát sinh cho nó và nhờ phước ấy mà nó được tái sanh làm một nàng công chúa. Lợi ích và quả báo của việc nghe Pháp là như vậy.

Một điều vui là sau kiếp làm công chúa cô trở thành một vị Phạm Thiên nhờ chứng thiền. Rồi sau kiếp làm Phạm Thiên cô tái sanh vào cõi nhân loại trong một gia đình giàu có. Nhưng đáng buồn thay khi biết rằng cô đã miễn cưỡng bỏ lại đằng sau gia đình, bè bạn và tài sản để tái sanh làm một con heo cái. Thực sự đó là điều kinh sợ để nghĩ rằng, từ cõi Phạm Thiên rớt xuống cõi người để rồi chìm sâu thêm vào cõi súc sanh như một con heo cái. Chừng đó thôi cũng đủ để kích thích sự kinh cảm tâm linh, bởi vì bao lâu Thánh Đạo vẫn chưa được an lập, bất kỳ ai cũng có thể thấy mình rớt xuống những cõi sống thấp hèn như vậy. Chính với ý định khơi dậy sự kinh cảm tâm linh và thúc đẩy các vị Tỳ-kheo thực hành Pháp với tất cả lòng nhiệt thành mà Đức Thế Tôn đã nói cho các vị biết lý do chuỗi tái sanh liên tục của con heo cái.

Con heo cái đã chết như thế nào không thấy đề cập trong kinh điển, nhưng có thể đoán chừng là cô đã bị người ta mổ thịt như những người nuôi gia súc hiện nay thường làm. Con heo cái hẳn nhiên phải có một gia đình và bạn bè, và việc ra đi của cô cũng khiến cho họ ưu sầu. Điều an ủi là sau đó cô tái sanh làm người ở sáu chỗ từ *Suvaṇṇabhumi* đến *Anurādha*. Nhưng trong sáu kiếp ấy, mỗi lần cô lìa đời, chắc chắn cũng phải có cái khổ tương đối, từ sầu, bi, ưu não đối với cô và những người thân của cô. Việc cuối cùng cô trở thành *Tỳ-kheo Ni Sumana Therī* có lẽ là phần phấn khởi nhất của câu chuyện.

Nguyên nhân khiến cho có chuỗi tái sanh hết kiếp này đến kiếp khác của cô là Tham Ái *(taṇhā)* hay Tập Đế *(Samudaya Saccā)*. Không riêng gì cô, những người khác chưa đoạn trừ được tham ái *(taṇhā)* cũng sẽ trải qua vòng luân hồi như vậy, đó là họ sẽ chết từ kiếp này rồi lại tái sanh trong kiếp khác liên tục. Do đó, điều hết sức quan trọng là làm sao an trú được trong việc thực hành Thánh Đạo để đoạn trừ tham ái hay nói cách khác là đoạn trừ nhân sanh của khổ. *Sumana Therī* đầu tiên nghe bài Kinh Đại Niệm Xứ. Cô thực hành chánh niệm theo phương pháp dạy trong bài kinh và đắc địa vị Nhập Lưu *(Sotāpanna)*. Rồi sau đó khi nghe Kinh Āsivisopama, cô thực hành tinh tấn hơn và đắc A-la-hán Thánh Quả trở thành một Thánh Ni A-la-hán. Tham ái *(taṇhā)* hay nói cách khác tập đế *(samudaya)* đã được đoạn trừ hoàn toàn trong cô. Vì thế sẽ không còn tái sanh đối với cô và cô sẽ được hưởng tịnh lạc của Niết-Bàn.

Sau đó, *Sumana Theri* tuyên bố với các đồng phạm hạnh rằng cô sẽ Bát-niết-bàn *(Parinibbhuto)*, sau khi thọ hành *(āyusaṅkhāra)* trong kiếp hiện tại của cô chấm dứt. Nghe như vậy, các đồng phạm hạnh của cô, gồm cả Tỳ-kheo và Tỳ-kheo Ni, đã thỉnh cầu cô kể lại câu chuyện tiền kiếp. Cô kể: *"Tôi từng là một phụ nữ trong thời Đức Phật Kakusan. Khi tôi chết trong kiếp đó, tôi tái sanh làm một con gà mái. Kiếp đó tôi bị một con diều hâu giết chết, nó mổ vỡ đầu tôi và nhai tôi ngấu nghiến. Rồi sau đó tôi tái sanh làm một công chúa trong cõi nhân loại...."* Cô tiếp tục kể về những tiền kiếp của cô cho đến kiếp cuối cùng của cô tại ngôi làng Bhokkanta. Cô kết luận, *"Như vậy tôi đã trải qua mười ba kiếp, nếm trải bao nỗi thăng trầm trong mỗi kiếp sanh ra ấy. Trong kiếp cuối cùng này, do mệt mỏi với chuỗi tử sanh luân hồi, tôi đã xuất gia làm một Tỳ-kheo Ni và cuối cùng đắc A-la-hán Thánh Quả, tôi hối thúc tất cả các vị, những Tỳ-kheo Tỳ-kheo Ni đạo đức của tôi, hãy ra sức chánh niệm để trở nên hoàn hảo trong Giới, Định và Tuệ"*. Rồi cô nhập diệt, để lại bao nỗi kinh cảm trong tâm của thính chúng, gồm các nam nữ cư sĩ, Tỳ-kheo và Tỳ-kheo Ni.

CÂU CHUYỆN SAMAṆA DEVA

Cho dù một người có ra sức nỗ lực hành thiền để diệt trừ tham ái *(taṇhā)*, hay diệt trừ tập đế *(samudaya saccā)*, song chừng nào họ chưa đắc đạo quả trí, tham ái vẫn có thể khởi lên dẫn đến tái sanh. Sự kiện này được xác minh qua câu chuyện của một vị chư thiên tên Samaṇa.

Trong thời của Đức Phật chúng ta, một thanh niên nọ sau khi xác lập niềm tin nơi giáo pháp của Đức Phật đã xin xuất gia và sống với thầy tế độ trong năm mùa hạ. Vị ấy thực hiện đầy đủ những phận sự lớn nhỏ đối với thầy của mình và học thông suốt hai bộ luật dành cho Tỳ-kheo. Vị ấy cũng thành thạo những phương cách để làm cho mình được trong sạch khỏi những tội nặng cũng như tội nhẹ. Rồi sau khi nhận lãnh một đề mục thiền, vị ấy lui vào một nơi thanh vắng trong rừng và hiến mình cho việc hành thiền không ngừng nghỉ.

Nỗ lực hành thiền của vị ấy rất căng thẳng. Ngay cả giờ nửa đêm vốn được Đức Thế Tôn cho phép như giờ ngủ nghỉ, vị ấy vẫn tiếp tục công việc thực hành của mình. Do nỗ lực ngày đêm và ăn những thức ăn không đủ dưỡng chất như vậy, vị ấy trở nên kiệt sức. Rồi thình lình một cơn đau như cắt, một cơn đột quỵ, cắt đứt dây thần kinh cột sống khiến vị ấy chết ngay lập tức. Như kinh nói thì vị ấy đã chết khi đang thực hiện những phận sự của một vị Tỳ-kheo, mà ở đây là đang hành thiền trong lúc thức.

Theo chú giải, nếu bất kỳ vị Tỳ-kheo nào, trong lúc đang đi lên đi xuống con đường kinh hành hay đang đứng dựa cột, hay đang ngồi, nằm ở đầu đường kinh hành với y hai lớp kê đầu, mà chết, vị ấy được nói là chết trong lúc đang làm công việc thường xuyên. Cũng vậy, được gọi là vị Tỳ-kheo chết trong lúc đang làm công việc thường xuyên, nếu vị ấy chết trong lúc đang thuyết pháp, đặc biệt là thuyết về sự giải thoát khỏi chuỗi sanh tử luân hồi.

Vì vị Tỳ-kheo trong câu chuyện này đang hành thiền trong lúc đi lên đi xuống con đường kinh hành, chúng ta có thể cho rằng vị ấy chết trong lúc đang quán danh *(nāma)* và sắc *(rūpa)* của oai nghi đi hợp với lời dạy trong Kinh Đại Niệm Xứ. Mặc dù vị ấy bỏ ra thật nhiều nỗ lực trong việc hành thiền, vị ấy chết mà không đạt đến A-la-hán Thánh Đạo, bởi vì vị ấy vẫn chưa có đủ sự hỗ trợ của các ba-la-mật *(pāramīs)* cần thiết cho những chứng đắc này.

Sự đoạn trừ hoàn toàn của tham ái *(taṇhā)* là bất khả trừ phi A-la-hán Thánh Đạo đã được đạt đến. Việc vị Tỳ-kheo này vẫn chưa đạt đến ngay cả giai đoạn nhập lưu sẽ trở nên rõ ràng sau đây. Vì thế, do tham ái có thể tạo ra tái sanh, nên vị ấy đã tái sanh vào cõi trời Đạo Lợi *(Tāvatimsā)*. Một thiên cung lộng lẫy đã sẵn chờ vị ấy do kết quả của phước hành thiền mà vị ấy tích tập. Do tái sanh tức thời *(hoá sanh),* vị ấy xuất hiện như thể vừa thức dậy sau một giấc ngủ, ở ngay lối vào thiên cung, trong hình tướng của một vị chư thiên rực rỡ với xiêm áo cõi trời.

Ngay lúc ấy khoảng một ngàn công chúa cõi trời lâu nay vẫn chờ đợi sự quang lâm của chủ nhân toà thiên cung, đồng thanh cất tiếng, *"Chủ nhân của chúng ta đã đến. Chúng ta hãy tiếp đãi chàng"*. Thế là các nàng vây quanh vị ấy, mỗi người cầm một loại nhạc khí trong tay để đón chào vị ấy một cách tưng bừng, vui vẻ. Tuy nhiên vị thiên chủ của toà lâu đài thậm chí còn không nhận ra rằng mình đã tái sanh vào một thế giới mới. Vị ấy có ấn tượng rằng mình vẫn còn là một vị Tỳ-kheo ở cõi người. Khi nhìn thấy những thiếu tư cõi trời này, vị ấy lầm tưởng họ là những nữ thí chủ đến

thăm tu viện của mình. Vị ấy vội kéo thượng y che lại tấm vai trần của mình, ngồi yên, đôi mắt hạ xuống và khoác lên một bộ dạng rất nghiêm trang, dè dặt.

Ngay lập tức các cô nàng nhận ra vị thiên tử mới này ắt hẳn phải là một vị Tỳ-kheo trong kiếp trước, họ bèn nói với vị ấy, *"Thưa chủ nhân, nơi đây là chỗ ở của các vị chư thiên. Đây không phải là lúc để giữ giới luật của một vị Tỳ-kheo, mà là dịp để hưởng những lạc thú cõi trời."* Nhưng vị ấy vẫn tiếp tục giữ thái độ nghiêm trang, dè dặt. *"Vị chư thiên này không nhận ra là mình đã trở thành một vị chư thiên trong cõi trời. Chúng ta sẽ nhấn mạnh điều này cho vị ấy hiểu bằng những trò vui ồn ào của chúng ta đi."* Nói thế xong, các thiên nữ ấy bắt đầu đàn ca múa hát ầm ĩ. Vị chư thiên lại càng khép chặt thái độ ẩn dật của mình, và giữ vẻ trang nghiêm, đường hoàng thêm nữa, nghĩ rằng những nữ khách này đến trú xứ trong rừng của mình để đắm chìm vào sự vui chơi phù phiếm chăng.

Thấy vậy các tiên nữ đem ra một tấm gương lớn và đặt trước mặt vị chư thiên. Thấy hình mình phản chiếu trong gương, cuối cùng vị ấy nhận ra là mình đã rời bỏ kiếp sống Tỳ-kheo và tái sanh trong cõi chư thiên rồi. Thiên tử Samaṇa lúc đó vô cùng lo lắng. Vị ấy suy xét: *"Ta đã không hành thiền để mong tái sanh vào cõi chư thiên như thế này. Mục đích hành thiền của ta là để đạt đến A-la-hán Thánh Quả, cứu cánh tối hậu và lợi ích nhất. Tình trạng của ta bây giờ giống như một võ sĩ thượng đài để giành huy chương vàng vô địch nhưng chỉ được thưởng một bó củ cải !"* Cực kỳ dao động trong tâm, vị ấy nghĩ: *"Những lạc thú cõi trời thì dễ có.*

Thời gian tồn tại của một Bậc Chánh Đẳng Giác là một cơ hội hiếm hoi. Được nghe lời dạy của Đức Phật và đắc Thánh Đạo mới là điều tối quan trọng. Nếu đắm mình trong những lạc thú cõi trời, ắt sẽ nguy cơ bị mất cơ hội gặp Đức Phật.” Vì thế chẳng nhọc công đi vào cung điện nguy nga, vị ấy vội vã lui về diện kiến Đức Phật trong khi giới chế ngự mà vị ấy giữ như một vị Tỳ-kheo vẫn không bị sứt mẻ. Các nàng thiên nữ của vị ấy cũng vội đi theo như thể họ lo không được nhìn thấy vị ấy nữa. Khi đến trước mặt Đức Phật, vị ấy bạch:

“Bạch Đức Thế Tôn. Liệu có cách nào để tiến tới và tránh đi qua Lạc Viên (Nandavana), hay có thể gọi nó là Si Viên (Mohana vana) bởi vì nó kích thích cách cư xử si mê nơi những vị chư thiên đến thăm nó; trong khu vườn này hàng ngàn thiên nữ đang đắm chìm trong ca hát; nơi đây rất nhiều yêu tinh, ma quỷ thường lui tới.”

Ở đây vị chư thiên đã ám chỉ các nàng tiên nữ như những yêu tinh và ma quỷ, Lạc Viên như khu vườn của những kẻ ngu si bởi vì vị ấy vẫn còn kinh tởm đối với các dục lạc như hệ quả của những nỗ lực hành thiền minh sát một cách căng thẳng trong kiếp trước. Chú giải giải thích về câu hỏi cuả vị chư thiên như sau: “Làm thế nào để tiến tới” đó là vị ấy đang thỉnh xin Đức Phật những hướng dẫn về thiền minh sát để đi vào A-la-hán Thánh Quả *(Arahatta phāla)*.

Đức Phật suy xét đến mọi trường hợp liên quan đến vị chư thiên này và dạy cho vị ấy Bát Thánh Đạo bằng ba bài kệ sau:

1. *U juko nāma so maggo abhayā nāma sā diss ratho aku jano nāma dhammacakkehi samyutto.*

"Này thiên tử, người đang lo lắng về việc chạy trốn, con đường thẳng nhất để nhanh chóng thoát khỏi (nơi ấy) là Con Đường Bát Chánh (Bát Chánh Đạo) thuộc thiền Minh Sát mà ngươi đã bước đi khi còn là một vị Tỳ-kheo vậy."

Ở đây, vì lợi ích của thính chúng hiện tại, chúng tôi xin nêu ra ý nghĩa có tính cách thanh minh về hàng thứ nhất của bài kệ vừa nói, ***"con đường thẳng là con đường đó."*** Nếu dịch trần trụi như vậy thì sẽ rất khó hiểu đối với thính chúng ở đây, tuy nhiên đối với vị chư thiên thì ý nghĩa của nó hoàn toàn rõ ràng, vì vị ấy nhìn như thể vừa từ chùa, nơi mà vị ấy đã hiến mình cho việc thực hành minh sát, đến thẳng đây vậy.

Sự giải thích của chú giải thì như sau: Khi hướng dẫn tu tập thiền cho một người chưa an lập trong giới *(sīla)* …, Đức Thế Tôn luôn luôn khuyên người ấy: ***'Hãy thanh tịnh giới (sīla) của ngươi trước, sau đó tu tập niệm và định, uốn nắn tri kiến cho chánh trực theo nghiệp và quả của nghiệp."*** và hướng người hành thiền an trú vững chắc trong những pháp hành căn bản ban đầu này. Đối cới một người đã hành thiền, ngài chỉ hướng dẫn người ấy trong phạm vi thiền minh sát mà thôi. Vị chư thiên trong câu chuyện đã hành những bài tập thiền minh sát và giới của vị ấy vẫn còn nguyên vẹn không hư hỏng. Cái vị ấy cần, sau khi đã tu tập minh sát đạo đi trước *(pubbabhāga magga vipassanā)*, chỉ là

Thánh Đạo *(Ariya Magga)*. Như vậy để hướng dẫn vị ấy trong thiền minh sát, Đức Thế Tôn đã dạy ba bài kệ này.

Trong sự giải thích của chú giải, sự kiện giới của vị ấy vẫn còn nguyên vẹn không sứt mẻ ngay cả sau khi đã chuyển sang kiếp sống của một vị chư thiên, nên được lưu ý cẩn thận. Vì điều này có nghĩa rằng vị ấy không phạm vào bất cứ giới nào như sát sanh, trộm cắp, hành dâm…, hay nói khác hơn khi tái sanh chư thiên vị ấy vẫn tiếp tục giữ giới. Do đó, cần phải hiểu rằng, dù không chính thức phát nguyện giữ giới, song ***sīḷa*** hay giới của một người vẫn còn nguyên vẹn nếu họ tránh những điều ác mà lẽ ra họ sẽ phạm. Và cũng cần lưu ý ở đây rằng những bài kệ này là dạy về thiền Minh Sát.

Như chúng tôi đã giải thích ở trên, *"con đường thẳng nhất và tốt nhất để nhanh chóng thoát khỏi Lạc Viên của thiên giới với những nàng tiên nữ ở đó là Minh Sát Đạo mà vị ấy đã bước đi (thực hành) khi còn là một vị Tỳ-kheo."*

Liên quan đến câu hỏi kế tiếp về nơi an ổn thoát khỏi mọi hiểm nguy, Đức Phật nói, *"Nơi an ổn thoát khỏi mọi hiểm nguy là Niết-Bàn mà ngươi đã nguyện đạt đến khi còn là một vị Tỳ-kheo."* Điều này có nghĩa rằng vị ấy phải phấn đấu cho đến khi đạt đến Niết-Bàn.

Về việc nên sử dụng cỗ xe nào để vượt qua, Đức Phật nói, *"Để vượt thoát một cách êm ái không ai hay biết, ngươi cần một cỗ xe yên lặng đó là cỗ xe Minh Sát được gắn với hai bánh là thân tinh tấn và tâm tinh tấn."*

Sự nỗ lực của tâm trong việc ghi nhận mọi hoạt động của thân và tâm được gọi là tâm tinh tấn *(cetasika viriya).* Khi ghi nhận những hoạt động của thân như đi, đứng, ngồi, sự nỗ lực của thân đòi hỏi phải có để duy trì thân trong oai nghi tương ứng được gọi là thân tinh tấn *(kāya viriya)*. Thiền trong lúc nằm chỉ liên quan đến tâm tinh tấn chứ không đến thân tinh tấn. Ở đây, vì Đức Phật khuyên nên dùng cỗ xe hai bánh với những bánh xe của thân tinh tấn và tâm tinh tấn, nên điều này phải được xem như Đức Phật muốn nói thiền minh sát đòi hỏi phải có sự ghi nhận với chánh niệm về các hoạt động của thân như đi, đứng, và ngồi. Như vậy, để cỡi trên cỗ xe lớn của minh sát đạo *(vipassanā magga)* được gắn với hai bánh xe: thân tinh tấn và tâm tinh tấn, chúng ta phải tiến hành ghi nhận một cách chánh niệm từng động tác khi bước đi…hay nói khác hơn là, khi đi chúng ta phải ghi nhận 'đi', 'dở (chân lên)' 'bước tới', 'bỏ hay đạp (chân xuống)' như đã được mô tả trong Kinh Đại Niệm Xứ, đó là, *'gacchanto vā gacchāmiti pajānāti'* (khi đi tuệ tri tôi đi).

Trong khi cố gắng ghi nhận như vậy và khi định có được sức mạnh, người hành thiền sẽ đi đến chỗ phân biệt được sắc *(rūpa),* cái khiến cho có sự cứng nhắc và chuyển động, với danh *(nāma),* hành động ghi nhận của tâm về sắc ở mỗi khoảnh khắc ghi nhận. Khi định có được sức mạnh thêm nữa, người hành thiền sẽ phân biệt được nhân từ quả. Vị ấy biết: do có ý định đi, xuất hiện tiến trình đi của thân; do có đối tượng để biết, nên có cái biết. Với sự tiến bộ thêm nữa, sự sanh khởi của từng hiện tượng trong một sát-na — ý định đi, tiến trình đi của thân, tâm ghi nhận — theo sau đó là sự hoại diệt của nó được người hành thiền nhận thức rõ rệt như

thể nó bị nắm bắt trong tay của mình vậy. Lúc đó người hành thiền hiểu một cách giản dị rằng những gì sanh lên và diệt trong khoảnh khắc như vậy là không thường hằng (vô thường); rằng những gì sanh và diệt không ngừng là khổ. Người hành thiền cũng sẽ hiểu rõ rằng các hiện tượng khởi lên theo đường lối tự nhiên của chúng, không theo ý muốn của ai cả và do đó, chúng là vô ngã *(anatta)*, không chịu sự kiểm soát của bất kỳ ai. Sau đó người hành thiền sẽ tiếp tục ghi nhận một cách chánh niệm khi đứng và khi ngồi đúng theo hiện trạng.

Cỗ xe yên lặng đề cập ở đây ám chỉ những chiếc xe ngựa thời xưa. Một số chiếc tự thân nó không có tiếng ồn, nhưng khi chất nặng với hàng hoá hoặc người, có thể phát ra những tiếng cọt kẹt, cọt kẹt. Tuy nhiên 'cỗ xe đạo' *(maggayāna)* có thể chuyên chở số lượng hành khách không giới hạn và không hề tạo ra một tiếng kêu nào cả. Có đôi lúc, khi nghe những lời dạy của Đức Phật, số lượng hành khách lên đến tám muôn bốn ngàn người cùng đi trên 'cỗ xe đạo', do 'minh sát đạo' lèo lái, đã chuyên chở họ đến trạm cuối cùng, đó là Niết Bàn, một cách yên lặng. Vì vậy, cỗ xe này đã được ca tụng như một xỗ xe không gây tiếng ồn hay cỗ xe yên lặng. Đức Phật đã đưa ra sự gợi ý theo cách này cho vị chư thiên, nghĩa là vị ấy có thể thực hiện một sự trốn thoát yên lặng, không để cho các nàng tiên nữ hay biết, nhờ vào phương tiện chuyên chở này.

2. *Hiri tassa apālambo, saryassa parivāranaṃ, dhammāhaṃ sārathiṃ byumi, sammādiṭṭhi pure javaṃ.*

Hiri (tàm), ý thức hổ thẹn và ghê sợ tội lỗi có tác dụng như tấm ván dựa của ghế ngồi trên cỗ xe mà nếu không có nó hành khách có thể bị ngã nhào về sau khi chiếc xe di chuyển. 'Cỗ xe đạo' có những tấm ván dựa ưu việt của tàm *(hiri)* và quý *(ottapa),* hay ý thức hổ thẹn và ghê sợ tội lỗi này.

Người hành thiền cảm thấy ghê tởm và kinh sợ đối với sự có thể khởi lên của những ý nghĩ bất thiện liên quan đến một số đối tượng mà vị ấy đã bỏ lỡ trong quá trình ghi nhận với chánh niệm của mình. Nó cũng giống như sự ghê tởm mà một người mới tắm rửa sạch sẽ xong cảm thấy khi tiếp xúc với bụi bẩn vậy. Ước muốn cho sự không khởi lên của những ý nghĩ bất thiện và sự ghê sợ đối với những ý nghĩ bất thiện ấy được đặt tên là tàm *(hiri)* hay gọi cách khác là ý thức hổ thẹn tội lỗi. Cũng có sự sợ hãi những ý nghĩ bất thiện dẫn đến những hành động ác sẽ cho quả báo xấu, và cản trở sự giải thoát khỏi vòng luân hồi. Sự sợ hãi những điều ác và hậu quả xấu của nó này được định danh là Quý *(Ottapa),* hay sự ghê sợ điều ác.

Nhờ có tàm và quý này người hành thiền hiến mình cho công việc ghi nhận mọi hiện tượng của thân và tâm với thái độ tôn kính không để lỡ bất kỳ hiện tượng nào. Bằng cách này Đạo *(magga)* được giữ cho phát triển liên tục với từng khoảnh khắc trôi qua. Điều này cũng giống như cách những tấm ván dựa của chiếc xe ngăn không để cho hành khách bị ngã nhào về sau và giữ cho họ ở yên vị trí. Đó là lý do tại sao Đức Phật gọi tàm và quý là những tấm ván dựa của cỗ xe minh sát đạo vậy.

Rồi Đức Thế Tôn tiếp tục giải thích tại sao chánh niệm được ví giống như tấm màn che hay tấm bạt che của cỗ xe đạo. Cũng như tấm bạt được căng trên một chiếc xe có thể ngăn sự nguy hiểm của những hòn đá hay khúc cây ném vào như thế nào, chánh niệm về mọi hiện tượng thân và tâm, khi nó sanh khởi, cũng giữ cho người hành thiền an ổn khỏi sự nguy hiểm của những ác nghiệp như thế ấy. Do đó, bốn niệm xứ, quán thân, thọ, tâm, pháp, được gọi là những tấm bạt che của cỗ xe đạo.

Đức Thế Tôn tiếp tục: "Như Lai gọi chánh kiến thánh đạo *(ariya magga samādiṭṭhi)*, có chánh kiến minh sát *(vipassanā samādiṭṭhi)* đi trước, là người lái xe."

Trong sáu loại chánh kiến này: 1. *Kammassakatā Sammādiṭṭhi* (Chánh kiến về nghiệp sở hữu); 2. *Jhāna Sammādiṭṭhi* (Chánh kiến thiền định); 3. *Vipassanā Sammādiṭṭhi* (Chánh Kiến Minh Sát); 4. *Magga Sammādiṭṭhi* (Chánh kiến Thánh Đạo); 5. *Phala Sammādiṭṭhi* (Chánh kiến Thánh Quả); và 6. *Paccavekkhanā Sammādiṭṭhi* (Chánh kiến phản khán), thì chánh kiến thánh quả là quả của thánh đạo. Tương tự, chánh kiến phản khán là trí phản khán xuất hiện sau khi chứng đắc thánh đạo và thánh quả. Do đó không cần phải có một nỗ lực đặc biệt nào để phát triển chúng. Tuy nhiên Chánh kiến về nghiệp sở hữu, hay chánh kiến liên quan đến nghiệp và quả của nghiệp, phải được thiết lập trước khi một người bắt đầu hành thiền. Chánh kiến thiền định liên quan đến sự thanh tịnh tâm vốn làm căn bản cho thiền minh sát. Như vậy trí gần nhất phải được phát triển để thúc đẩy chánh kiến Thánh Đạo là chánh kiến minh sát. Khi minh sát trí được phát triển đầy

đủ thì chánh kiến thánh đạo hay gọi cách khác là chánh kiến liên quan đến thánh đạo *(magga)* sẽ phát sanh một cách tự động. Nó cũng giống như một đám rước trọng thể đi tiếp theo khi con đường đã được cảnh sát giải toả và quân đội hộ tống. Do đó, Đức Phật nói rằng chánh kiến minh sát đi trước và chánh kiến Thánh Đạo theo sau. Trong khi hành thiền minh sát, các minh sát trí *(Vipassanā Ñāṇa)* sẽ dẫn đường cho sự phát triển của các thánh đạo. Vào sát na chứng đắc Thánh Đạo, thánh đạo trí *(magga ñāṇa)* sẽ hướng dẫn cho các đạo khác khởi lên. Vì lý do này, Đức Phật đã gọi chánh kiến minh sát và chánh kiến thánh đạo là những hoa tiêu của cỗ xe đạo. Bài kệ cuối cùng như sau:

Yassa etādisanyānaṃ, Itthiyā purisassa vā, sa ve etena, yānena nibbānasseva santike.

"Bất cứ người nam hay nữ nào có cỗ xe bát thánh đạo đều có thể tiếp cận Niết Bàn bằng cỗ xe ấy."

Theo bài kệ cuối cùng này thì, chủ nhân của cỗ xe bát thánh đạo, bất kể nam hay nữ, nhất định sẽ 'đạt đến' Niết-bàn. Vì thế một điều hết sức rõ ràng là bất kỳ ai ước muốn đạt đến Niết-bàn đều phải phát triển Thánh Đao *(Ariya Magga)* dựa trên minh sát đạo *(vipassanā magga)*.

Trong cõi thế gian này, ai cũng biết rằng, chủ nhân của một phương tiện chuyên chở nào đó có thể đi đến bất cứ nơi đâu mình muốn, bằng cách dùng nó. Tuy nhiên, chỉ có kiến thức về máy móc xe cộ mà không thực sự có xe thì cũng chẳng đưa họ đi đến đâu được. Cũng vậy, chỉ biết cách

kể ra các loại Danh và Sắc khác nhau, hay các loại đạo *(magga)* khác nhau, chẳng ai có thể đạt đến Niết Bàn được. Cho nên phải ghi nhớ dứt khoát rằng chỉ khi nào sở hữu được cỗ xe minh sát đạo *(vipassanā magga)* qua việc quán sự sanh và diệt thực sự của danh và sắc và cỡi trên cỗ xe Bát Thánh Đạo người ta mới có thể đạt đến Niết Bàn. Có thể tóm tắt ba bài kệ đã giải thích ở trên như sau:

1. *Con đường thẳng là Thánh Đạo, nơi đến là Niết Bàn, thoát khỏi mọi hiểm nguy.*
2. *Được gắn với hai bánh xe của tinh tấn, cỗ xe đạo là cỗ xe yên lặng.*
3. *Tàm (hiri) và Quý (ottapa) có tác dụng như tấm ván dựa trong khi chánh niệm tạo thành tấm bạt che của cỗ xe.*
4. *Đạo trí (magga ñāṇa) có minh sát trí (vipassanā ñāṇa) đi trước là người lái xe hay hoa tiêu của cỗ xe.*
5. *Chủ nhân của cỗ xe, có thể là nam hay nữ.*
6. *Đều có thể thoải mái cỡi trên cỗ xe đó để đi đến Niết Bàn.*

Sau khi dạy ba bài kệ này xong, Đức Phật cũng thuyết về Tứ Thánh Đế, điều này đến phần Đạo Đế *(Magga Saccā)* chúng ta sẽ bàn trở lại.

Thiên tử Samaṇa, trong khi nghe bài pháp này, suy tưởng đến việc hành thiền của mình trong kiếp trước. Mặc dù vị ấy vẫn không thể đắc thượng trí khi còn là một vị Tỳ-kheo bất chấp những nỗ lực tích cực trong việc hành thiền của mình, song trong kiếp hiện tại là một vị chư thiên, thân của vị ấy thoát khỏi những bất tịnh, nên chẳng mấy chốc vị ấy có thể phát triển các tuệ minh sát theo tuần tự cho đến khi

đạt Đạo Qủa thứ nhất và chứng Niết Bàn, trở thành một bậc thánh Nhập Lưu *(Sotāpanna)*.

Điểm chính mà chúng ta có thể hiểu từ câu chuyện thiên tử Samaṇa này là, mặc dù vị Tỳ-kheo đã nỗ lực hành thiền minh sát một cách nhiệt tâm, song vì vẫn chưa đạt đến Thánh Đạo để cắt đứt tham ái *(taṇhā)*, nên sau khi chết, tham ái hay gọi cách khác là Tập Đế này đã khiến cho vị ấy phải tái sanh trong hiện hữu mới của một vị chư thiên. Câu chuyện cũng chỉ ra cho chúng ta thấy Thánh Đạo có thể được phát triển như thế nào và vì sao một vị chư thiên lại có thể đắc thượng trí một cách dễ dàng như vậy.

Một điểm khác có thể rút ra trong câu chuyện này là, nếu sự dính mắc hay gắn bó cứ quẩn quanh, nơi một cá nhân hay một đối tượng nào, hữu ái *(bhava taṇhā)*, có thể sẽ tạo ra tái sanh ở gần cá nhân hay đối tượng ấy. Sự dính mắc vào một đối tượng sẽ dẫn đến một hiện hữu mới gần sát với đối tượng ấy như thế nào được xác minh qua câu chuyện nổi tiếng của vị Tỳ-kheo Tissa, người đã chết với tâm luyến ái đối với tấm y mới của mình, và hậu quả là phải tái sanh làm con rệp ngay trên chính tấm y ấy.

Bây giờ chúng tôi sẽ bàn đến câu chuyện giải thích về sự luyến ái đối với vợ đã khiến một người phải tái sanh làm rắn, làm chó và rồi làm một con bò như thế nào.

LUYẾN ÁI VỢ TÁI SANH LÀM RẮN, CHÓ VÀ BÒ

Trong một ngôi làng nọ ở Sri Lanka (Tích Lan) có một người đàn ông ăn ở bậy bạ với vợ của anh mình. Người phụ nữ này lại luyến ái mạnh mẽ với nhân tình của mình hơn người chồng hợp pháp của cô ta. Vì thế cô ta đã xúi giục tình nhân của mình khử người anh trai của hắn đi. Người đàn ông liền phản đối, *"Này mụ! Đừng bao giờ nói như vậy nha."* Nhưng rồi cô ta cứ lập đi lập lại đề nghị của mình tới ba lần, gã nhân tình mới hỏi, *"Anh sẽ làm việc đó như thế nào?"* Cô ta trả lời, *"Anh hãy đi với cái rìu này và chờ ở mé sông gần cây bạch hoa lớn. Em sẽ gọi hắn tới đó."* Nghe như vậy, người đàn ông tiến hành đi đến đó ẩn mình sau những cành cây, và chờ anh mình đến.

Khi người chồng làm xong công việc trở về từ trong rừng, người vợ ra vẻ trìu mến và âu yếm vuốt tóc anh ta rồi nói: *"Anh cần phải gội tóc cho sạch anh ạ, đầu anh dơ quá rồi đấy. Sao anh không đi ra bờ sông chỗ cây bạch hoa lớn ấy để gội đầu?"* Sung sướng với ý nghĩ, *"vợ ta hôm nay thật là dịu dàng và trìu mến đối với ta,"* vì thế anh vội đi ra bến tắm ở mé sông. Trong khi anh ta đang cúi xuống để gội đầu thì người em từ nơi ẩn nấp đi ra và, với cái rìu, chặt đứt đầu anh ta một cách tàn nhẫn.

Do tâm luyến ái dính chặt vào người vợ, anh ta tái sanh làm một con rắn lục *(một loại rắn ăn chuột, theo các học giả Tích Lan)*. Vẫn còn luyến ái vợ của mình, con rắn bò vào nhà và từ trên mái nhà nó thòng đầu xuống chỗ người đàn bà. Biết rằng con rắn hẳn phải là chồng cũ của mình, cô

ta kêu người đập chết nó và quăng xác đi thật xa. Ngay cả sau khi đã chết từ kiếp rắn, sự luyến ái của anh ta đối với người vợ cũ vẫn còn mãnh liệt, và anh ta tái sanh làm một con chó ngay trong căn nhà cũ của mình. Dù là chó song nó vẫn dính mắc vào người vợ cũ nên khi cô ta đi đâu con chó đi theo đấy. Người trong làng thấy thế chế nhạo, *"Bà thợ săn đi cùng với con chó kìa. Không biết là cô ta đi về hướng nào!"* Thế là cô ta lại yêu cầu gã tình nhân giết con chó đi.

Con chó chết, nhưng sự luyến ái của nó vẫn mạnh mẽ và dai dẳng, nó tái sanh làm con bê ngay tại căn nhà ấy. Con bê cũng lẽo đẽo đi theo cô bất cứ chỗ nào cô đi, lôi kéo sự cười đùa và chế nhạo của mọi người một lần nữa, *"Nhìn kìa, người chăn bò đã xuất hiện. Không biết đồng cỏ nào cho con bò của cô đi đến ăn cỏ hôm nay!"* Và người đàn bà lại yêu cầu gã nhân tình của mình giết chết con bê. Tuy nhiên sự luyến ái dai dẳng của anh ta với người vợ cũ lại khiến cho anh phải tái sanh, lần này trong chính bào thai của cô ta.

Trong cõi nhân loại mà anh trở lại lần này, anh được sanh ra với trí nhớ về các tiền kiếp *(jātissara ñāṇa).* Dùng trí này, anh nhớ lại bốn kiếp đã qua và vô cùng đau buồn khi biết rằng những kiếp ấy đều bị kết liễu theo đề nghị của người vợ cũ của anh. *"Thật mỉa mai thay! Sao ta phải tái sanh trong bào thai của một kẻ thù nghịch như thế này chứ"* anh ai oán.

Từ đó anh nhất định không để cho người mẹ, là kẻ thù của anh, chạm vào người. Hễ khi nào người mẹ cố gắng ôm nó, đứa bé gào khóc một cách ầm ĩ. Vì thế ông nội phải đảm

nhiệm công việc chăm sóc đứa bé. Khi đứa bé đến tuổi biết nói, ông nội nó hỏi, *"Này cháu yêu, sao mỗi lần mẹ cháu muốn ôm cháu vào lòng, cháu lại khóc ré lên như vậy? "Đối với cháu người đàn bà này không phải là mẹ. Bà ta là kẻ thù đã giết cháu trong bốn kiếp liên tiếp"*. Nói như vậy xong, đứa bé kể lại cho ông nội nó nghe toàn bộ câu chuyện của bốn kiếp vừa qua của nó. Nghe được câu chuyện buồn thảm này, ông già bật khóc, ôm lấy đứa cháu vào lòng và nói. *"Đến đây, này đứa cháu khốn khổ của ông, chúng ta hãy bỏ trốn, Ông thấy ở lại đây chẳng có lợi gì"*. Thế là họ bỏ trốn và đến sống trong một tu viện, ở đây họ được cho xuất gia, và đúng thời, nhờ hành thiền, đắc Đạo Quả A-la-hán.

Bài học rút ra từ những tình tiết trong câu chuyện này là sự luyến ái làm phát sanh các kiếp sống mới ngay tại nơi có sự luyến ái ấy. Câu chuyện đã xác minh rõ ràng sự thực trong lời dạy của Đức Phật, *ponobhavikā*… (luyến ái dẫn đến tái sanh). Tuy nhiên sau các kiếp sống làm rắn, làm chó, làm bê, mà mỗi kiếp chấm dứt bằng một cái chết dữ, trong kiếp sống cuối cùng của một con người, khi anh ta đắc A-la-hán Thánh Quả, tham ái *(taṇhā)* bị dập tắt hoàn toàn.Sẽ không còn tái sanh đối với anh ta nữa, và anh ta sẽ được giải thoát hoàn toàn khỏi mọi hình thức của khổ đau.

Hãy ghi nhớ kỹ trong tâm bài học của câu chuyện này và cố gắng để giải thoát khỏi mọi khổ đau qua việc hành thiền *vipassanā*. Những câu chuyện trích dẫn tương tợ như thế này trong Kinh Điển và các bản chú giải Pāḷi không thiếu. Bây giờ chúng tôi sẽ bàn đến một số sự kiện đã gặp trong thời hiện đại.

MỘT VỊ TRƯỞNG LÃO PHÁP SƯ

Trước đây khi chúng tôi sống tại tu viện Taungwine Taikkyaung ở Mawlamyaing (Miến Điện). Lúc bấy giờ có một vị Trưởng lão Pháp sư rất nổi tiếng. Trong một buổi lễ trai tăng nhân dịp tuần thất thứ nhất của một luật sư, vốn là thí chủ của ngài, ngài đã thuyết bài pháp sau để hồi hướng phước cho người quá cố.

"Mạng sống này của ta thực sự là ngắn ngủi, phù du; nhưng cái chết của ta là cố định. Chắc chắn là ta phải chết. Sự sống của ta sẽ chỉ chấm dứt trong cái chết.. Sự sống là vô thường; nhưng ngược lại, cái chết là thường và chắc chắn."

Ngài đã dùng pháp quán sự chết này như một đề tài của buổi thuyết pháp. Dịp lễ ấy chúng tôi cũng có mặt và được nghe bài pháp của ngài. Vài ngày sau buổi lễ ấy, chúng tôi được nghe tin buồn là vị Trưởng Lão pháp sư đã chết. Lúc đó chúng tôi nghĩ rằng có lẽ ngài chết với tâm quán tưởng sự chết như ngài đã thuyết vài ngày trước. Nghe nói vị Trưởng Lão đã gặp một cái chết dữ, đó là chết dưới tay của những kẻ ám sát, chúng đã dùng dao găm đâm chết ngài.

Khoảng ba năm sau, một đứa bé trai từ Magwe cùng đi với cha mẹ đến vùng Mawlamyaing. Đứa bé ấy cứ quấy rầy cha mẹ, bắt họ phải đưa nó đến Mawlamyaing. Khi đến ngôi chùa của vị Trưởng Lão trước đây, đứa bé nói với cha mẹ nó rằng trong kiếp trước nó là vị Trưởng Lão trụ trì tại ngôi chùa đó. Nó có thể nói mọi thứ về ngôi chùa ấy và

những gì nó nói đều được thấy là sự thực.Nó nhớ hết các vị sư lãnh đạo ở các ngôi chùa lân cận và gọi họ bằng tên như trong kiếp trước nó thường gọi.

Khi người ta yêu cầu nó nói tên của một người đàn ông mà trước đây là đệ tử thân tín của vị Trưởng lão quá cố, đứa bé trả lời: *"sợ lắm, sợ lắm"*. Khi được hỏi là nó sợ cái gì, đứa bé kể lại việc người đàn ông ấy đã liên kết với những kẻ sát nhân đâm nó chết như thế nào, và nó đã chạy trốn họ bằng cách chạy đến một bờ sông và tìm thấy một chiếc thuyền rồi thoát thân bằng chiếc thuyền ấy ra sao. Sau khi đến một ngôi làng ở bờ biển Magwe, nó nói nó đã đi vào ngôi nhà của cha mẹ nó hiện nay.

Thực sự ra hình ảnh mà nó thấy nó đã chạy trốn những kẻ sát nhân, rồi sau đó tìm được một chiếc thuyền trên bờ sông, và bơi thuyền đến nhà của cha mẹ nó, tất cả chỉ là thú tướng *(gati nimitta)*, những dấu hiệu về nơi đến (nơi sẽ tái sanh) đã xuất hiện vào lúc cận tử. Đây cũng là một trường hợp đáng để ghi nhớ vì nó xác định sự kiện luyến ái dẫn đến tái sanh, hay dẫn đến một hiện hữu mới như Đức Phật đã nói.

SANH LÀM TRÂU VÌ SỐ TIỀN 40 KYATS[9]

Trong một con phố nọ ở huyện Monywa, có một người đàn ông làm nghề cho vay tiền trong thời kỳ cai trị của Anh. Một lần, ông ta yêu cầu người nông dân nọ trả nợ

---

[9] Kyats: đơn vị tiền tệ của Miến Điện.

trong khi người này nói số tiền mượn đó anh đã trả rồi. Người cho vay tiền cứ nằng nặc cho rằng anh nông dân này chưa trả. Cuối cùng, ông tuyên bố, *"Nếu như tôi thực sự có đòi anh trả hai lần số tiền 40 kyats mà anh nói là đã trả rồi ấy thì cầu cho tôi sanh làm con trâu trong nhà của anh đi."* Với lời thề này, ông ép anh nông dân phải trả số tiền nợ một lần nữa. Như vậy, anh nông dân nghèo buộc phải trả hai lần số tiền mà anh đã mượn.

Không lâu sau đó, người cho vay tiền chết. Và trong nhà anh nông dân, người đã phải trả hai lần số tiền mượn, một con trâu nghé sanh ra. Đoán rằng người cho vay tiền đã tái sanh làm con trâu nghé trong nhà mình, người nông dân nghèo thử gọi con trâu nghé, *"Sayā, Sayā, đến đây con,"* y như cách anh thường gọi người cho vay tiền trước đây. Lạ thay, con trâu nghé đáp lại lời gọi của anh và đi đến bên anh. Lúc này anh tin chắc rằng người cho vay tiền cũ đã thực sự tái sanh làm con trâu trong nhà anh đúng theo lời thề của ông ta, người nông dân bắt đầu đem chuyện này kể với mọi người. Con gái của người cho vay tiền nghe được điều này liền kiện anh nông dân ra toà vì đã nói xấu cha cô.

Vị thẩm phán nhận xử vụ kiện cho đòi nguyên cáo, bị cáo và con trâu cùng với các nhân chứng của cả hai bên đến. Tại toà, người nông dân gọi con trâu, *"Sayā, hãy đến đây"* y như cách anh thường gọi người cho vay tiền. Con trâu nghe lời anh và đi đến. Con gái người cho vay tiền thường gọi cha mình là *"Shi, Shi"*. Khi cô gọi *"Shi, Shi"* ở toà án, con trâu cũng đi đến bên cô. Vị thẩm phán đi đến kết luận rằng anh nông dân nghèo nói đúng sự thật *(không có ý định nói xấu ái*

cả) và do đó huỷ bỏ vụ kiện. Từ câu chuyện này, chúng ta thấy không khó để tin rằng từ là một người vẫn có thể tái sanh làm một con trâu như thường. Bởi thế, Đức Phật nói taṇhā hay ái sẽ dẫn đến tái sanh. Cũng cần phải chú ý rằng thề bậy có thể đưa một người đến tai hoạ khủng khiếp như vậy.

MỘT CHÚT GẠO CỦA NGA NYO

Có một ngôi làng khoảng 400 căn nhà gọi là làng Chungyo, cách Taungdwingy khoảng mười dặm về phía tây bắc. Đối với thanh niên trong làng thì Nga Nyo và Ba Saung là đôi bạn thân cùng kiếm sống bằng cách đi bán lá trầu không (cho người ta ăn trầu) ở những ngôi làng quanh đó. Một hôm sau khi đi bán một vòng trở về, nửa đường Ba Saung hết gạo. Anh đã mượn một ít gạo của Nga Nyo để nấu bữa cơm chiều. Sau bữa ăn chiều, cả hai thong dong trở về làng trong đêm trăng sáng, Ba Saung vô tình đạp nhằm một con rắn độc và bị nó cắn chết tại chỗ. Lúc đó hai người bạn mới khoảng chừng hai mươi.

Có lẽ do bám vào ý nghĩ mắc nợ chút gạo đó vào lúc chết mà Ba Saung đã tái sanh làm một con gà trống trong nhà của Nga Nyo. Nga Nyo huấn luyện nó để trở thành một con gà đá và đưa nó vào các cuộc đá độ. Ba trận đầu con gà của Nga Nyo đều thắng, nhưng không may đến trận thứ tư nó thất bại do đối thủ của nó lớn hơn và mạnh hơn. Nga Nyo bộc lộ sự thất vọng của mình và giận dữ nắm chân con gà đập nó xuống đất. Đem con gà dở sống dở chết về nhà, anh

ném nó xuống gần chỗ lu nước và tại đây con bò của Nga Nyo đi đến và le lưỡi liếm nó (tỏ vẻ thương hại).

Con gà tội nghiệp chết và sau đó tái sanh trong bào thai của con bò. Khi con bê đã lớn kha khá, nó được đám bạn của Nga Nyo mua với giá bốn Kyats để đãi tiệc trong đó có anh ta tham dự. Trong khi họ đang chuẩn bị giết và xẻ thịt con bê cho bữa tiệc, hai vợ chồng người thư ký từ Taungdwingyi tình cờ đi đến và chứng kiến sự việc. Tỏ lòng thương cảm con bê, người vợ nói, *"Giá con bê này là của tôi, tôi sẽ không đối xử với nó tàn nhẫn như vậy. Cho dù nó có chết một cái chết tự nhiên, tôi cũng không lòng dạ nào ăn thịt nó, mà chỉ đem chôn.*"

Một thời gian sau, vợ người thư ký này sanh một đứa bé trai. Đứa bé lặng thinh không nói cho mãi tới năm lên bảy tuổi khi mà, một hôm cha nó nói, *"Này con trai, con hãy nói một vài lời với cha mẹ đi. Hôm nay là ngày lãnh lương. Cha sẽ mua và mang về cho con mấy bộ quần áo đẹp."* Giữ lời hứa, chiều hôm đó người cha trở về với mấy bộ quần áo đẹp cho đứa con trai. Anh nói, *"Này con, đây là những bộ đồ đẹp cho con. Bây giờ hãy nói với cha mẹ đi nào." Đứa bé lúc đó chỉ thốt lên, "Chút ít gạo của Nga Nyo."*

Người cha nói, *"Này con trái, hãy nói với cha mẹ đi. Không chỉ chút ít gạo, mà cả bao gạo trả nợ cho con cũng được."* Nghe như vậy đứa bé nói *"Nếu thế, hãy bỏ một bao gạo lên xe bò đi, chúng ta sẽ đi ngay bây giờ để trả nợ cho con."* Bỏ một bao gạo lên xe theo yêu cầu, họ khởi hành lên đường. Người cha hỏi đứa con, *"Bây giờ chúng ta sẽ đi*

đâu?" Đứa bé hướng dẫn người cha đánh xe về phía bắc của Taungdwingyi, và cuối cùng họ đến làng Chaungyo, đứa con nói, "Nó đó. Là ngôi làng đó đó," và tiếp tục hướng dẫn cha nó đi qua những con đường làng cho đến khi tới nhà của Nga Nyo. Sau khi hỏi thăm xem đó có phải thực là nhà của ông Nyo không. Chính Nga Nyo là người xác nhận đó là nhà của mình và đi ra đón. Khi ông ra đến gần chiếc xe, đứa bé réo gọi ông, *"Này, Nga Nyo, anh vẫn còn nhớ tôi chớ?"* Người đàn ông cảm thấy bị xúc phạm khi đứa bé đáng tuổi con mình lại gọi mình một cách thô lỗ là Nga Nyo, nhưng trở nên nguôi ngoai khi người thư ký giải thích, *"Xin ông chớ giận, Nyo. Đứa bé này đang ở trong trường hợp khá lạ lùng đấy."*

Khi họ đi vào trong nhà, đứa bé bắt đầu, *"Vậy ra, Nga Nyo, anh không nhớ tôi sao? Chúng ta có lần đi bán lá trầu cùng nhau quanh các ngôi làng đấy. Tôi đã mượn của anh một ít gạo. Rồi tôi bị một con rắn cắn chết trước khi tôi có thể trả món nợ ấy cho anh. Kế đó tôi sanh làm con gà trống trong nhà anh. Sau khi thắng được ba trận cho anh, tôi thua trận thứ tư vì đối thủ của tôi mạnh hơn tôi rất nhiều. Do thua độ ấy anh đã đập tôi chết trong cơn giận. Lúc sắp chết. Dở sống dở chết, anh ném tôi xuống gần cái lu nước rồi một con bò đi đến và liếm vào người tôi. Tôi thụ thai trong bụng nó và tái sanh làm một con bò. Khi tôi vừa trở thành một con bò tơ, các anh đã giết tôi để ăn thịt. Lúc bấy giờ người thư ký và vợ, là cha và mẹ của tôi hiện nay, đến gần bên và tỏ lòng thương cảm đối với tôi. Sau khi tôi chết như một con bò, tôi tái sanh làm con của cha mẹ tôi hiện nay. Bây giờ tôi đến để trả món nợ chút ít gạo tôi vay anh đây."*

Tất cả những gì đứa bé kể lại được Nga Nyo xác nhận là đúng sự thực và anh ta khóc nức nở, cảm thấy hối hận vì sự đối xử tệ bạc mà anh đã làm đối với người bạn cũ.

Qua câu chuyện này chúng tôi muốn nhấn mạnh rằng trừ phi ái *(taṇhā)* được bứng gốc hoàn toàn, bằng không sự tái sanh trong những hiện hữu mới là điều không thể tránh khỏi.

KIẾP SỐNG KHỦNG KHIẾP KHI LÀM DẠ-XOA KHI LÀM BÒ

Khoảng năm 1300 (theo lịch Miến) trong tu viện Payāgyi của Mandalay có một Tăng sinh tên là U Ar Seinna lưu trú. Vị sư này là người có tầm vóc, nước da sáng sủa và có đầy đủ niềm tin trong Pháp *(Dhamma)*. Sư cũng còn là một tăng sinh giỏi, chuyên tâm nghiên cứu văn học Tam Tạng Thánh Điển. Một hôm trong khi đang rửa bát vị sư ấy gọi các bạn đồng tu, *"Bạch chư đại đức, tôi mong các đại đức hãy bảo trọng, hãy có hành vi cư xử tốt trong khi các đại đức còn đang sống nhờ vào đồ ăn khất thực của các thí chủ. Tôi cũng đang sống một cuộc sống không dễ duôi, vì đã có những kinh nghiệm bản thân trong ba kiếp sống vừa qua."*

Một trong những bạn đồng tu của vị sư ấy mới tò mò hỏi về những tiền kiếp của vị ấy và được vị ấy kể lại như sau: *"Tôi đã chết từ kiếp người và trở thành một nữ dạ xoa. Tôi cực kỳ đau khổ trong kiếp đó. Không có gì để ăn, không có nơi tươm tất để ở, cứ phải lang thang đây đó để tìm một chỗ tạm trú. Từ kiếp dạ xoa ấy tôi tái sanh làm một con bò kéo xe; tôi được nhốt chung chuồng với một bạn đồng kéo*

mà mũi của hắn luôn chảy ra một thứ nước hôi thối. Mùi nước mũi của nó trở nên không thể chịu đựng nổi, tôi đã húc vào nó để nó tránh xa tôi ra. Ông chủ đã đánh tôi vì tội này, nghĩ rằng tôi đang dở thói bắt nạt con bò ấy, và hống hách với nó. Khi tôi chết từ kiếp đó, tôi lại tái sanh làm người và rất lấy làm kinh cảm (kinh động với cảm xúc tâm linh), nên giờ đây tôi biết chấp nhận cuộc sống của một vị Tỳ-kheo."

Câu chuyện này cũng được dùng để nhấn mạnh đến sự kiện rằng bao lâu tham ái *(taṇhā)* còn tồn tại, tái sanh chắc chắn sẽ xảy ra. Nó cũng chỉ ra cho chúng ta thấy kiếp sống của một dạ xoa khủng khiếp như thế nào và, do thiếu khả năng truyền đạt, một con bò có thể bị người ta hiểu lầm và hậu quả là phải chịu sự ngược đãi ra sao. Những giải thích này cũng được dùng để đánh thức sự kinh cảm tâm linh nơi chúng ta nữa vậy.

ĐƯỢC TÁI SANH LÀM NGƯỜI TRỞ LẠI SAU KHI LÀM BÒ VÀ CHÓ

Khoảng năm 1300 ME (Lịch Miến), vị Trưởng Lão trụ trì của một ngôi chùa làng ở huyện Monywā bị một thủ lĩnh quân phiến loạn buộc tội ngài đã *"ngược đãi"* những thuộc cấp của y và bắn chết ngài. Vị Trưởng lão ấy hiện giờ đang ở trong cõi người, là một vị Tỳ-kheo trở lại. Nghe nói rằng vị ấy thậm chí còn đậu các kỳ thi kinh điển nữa. Vị Tỳ-kheo này kể lại rằng, *"Sau khi bị bắn chết tôi đã tái sanh làm một con bò, rồi sau đó làm một con chó và hiện nay làm người trở lại."* Chúng ta thấy, từ mức của một vị Tỳ-kheo trong kiếp người đi xuống mức của một con bò rồi một con

chó dường như rất là thoái hoá. Nhưng đây là sự thật, nếu tham ái *(taṇhā)* vẫn chưa được đoạn trừ, việc đi xuống nấc thang của sự hiện hữu thấp hơn là điều có thể xảy ra. Như trường hợp của vị Tỳ-kheo Tissa thời Đức Phật trở thành một con rệp do luyến ái tấm y mới chưa mặc của mình chẳng hạn. Vì thế, hiểu rằng bất kỳ ai, với tham ái *(taṇhā)* chưa đoạn trừ (và như thế tà kiến-*diṭṭhi*, hoài nghi-*viccikicchā* cũng còn nguyên vẹn), vẫn phải chịu sự tái sanh, điều thiết yếu là làm sao phấn đấu để đoạn trừ hoàn toàn tham ái hay ít nhất, cũng phải hành làm sao để diệt trừ tà kiến và hoài nghi.

THẬM CHÍ CÓ THỂ TÁI SANH LÀM THẰN LẰN

Khoảng năm 1323 M.E. ở làng Pha Aung We gần Daik-u, có xuất hiện một đứa bé trai lạ, nó nói rằng trước đây nó là một vị sư trú ngụ trong một ngôi chùa ở làng Ywā Waing cách đó khoảng hai dặm. Đứa bé thông minh với trí nhớ rất tốt. Khi người ta đưa nó đến ngôi chùa mà nó nói đã từng ở đó, nó có vẻ biết hết tất cả mọi thứ trong ngôi chùa và có thể nhận dạng từng vật rồi nhắc lại đúng tên của những thí thủ dâng cúng nó. Những gì nó nói được thấy là hoàn toàn chính xác. Đứa bé còn nói sau khi chết trong kiếp làm Tỳ-kheo ấy nó tái sanh làm một con thằn lằn. Rồi trong kiếp làm thằn lằn, nó thọ nạn khi nhảy từ chùa sang cây dừa kế bên. Nó trượt cái cây và rơi xuống đất gãy xương đùi. Vết thương khiến cho nó chết. Khi nó chết, nó cỡi trên một chiếc xe bò của một người nông dân từ ngôi làng Pha Aung, mà cánh đồng của ông gần ngôi chùa nó ở, và ở lại trong nhà người nông dân ấy. Những gì đứa bé nói về việc cỡi trên chiếc xe

bò là sự xuất hiện của thú tướng *(gati nimitta),* dấu hiệu về nơi đến (tái sanh) lúc cận tử.

Câu chuyện này cũng khiến cho chúng ta hiểu được rằng khi tham ái còn nấn ná, sự tái sanh hay hiện hữu mới vẫn có thể xảy ra và nên biết sợ hãi với điều này để lo tu tập Thánh Đạo đoạn trừ tham ái. Lý do tại sao chúng tôi đưa ra những câu chuyện của thời hiện đại này là, bởi vì có một số người chủ trương rằng không có gì gọi là đời sau cả. Một số khác thì lưỡng lự, bối rối, không thể đi đến kết luận là có hay không có đời sau. Bất chấp những giải thích rõ ràng trong kinh điển về những kiếp sống mới, nhiều người vẫn hoài nghi về những gì được viết vào thời xưa. Vì thế, để khơi dậy đức tin nơi nghiệp và quả của nghiệp trong đời sau, và để giữ vững được sự tin tưởng ấy, chúng tôi đưa ra những câu chuyện này vậy.

Như đã nói ở trên, do tham ái *(taṇhā)* mà có tái sanh, nên Đức Thế Tôn đã dạy, *"Chính sự đói khát này, chính tham ái này đưa đến tái sanh, câu hữu với hỷ và tham, tìm cầu hỷ lạc chỗ này chỗ kia."*. Ngài cũng đưa ra sự giải thích rõ ràng về *taṇhā* hay tham ái. Thế nào là tham ái này? Trước tiên, có sự khát khao đối với các dục lạc. Thứ hai, có sự dính mắc vào niềm tin về sự thường hằng. Và thứ ba có sự chấp giữ vào quan niệm cho rằng không có đời sau. Ba loại ái này là chân lý hay sự thực về nguồn gốc của khổ (tập đế).

DỤC ÁI (KĀMA TAṆHĀ)

Trong ba loại ái này, dục ái *(kāma taṇhā)* là lòng khao khát các dục trần khả ái, thuộc bản thân mình hay đối với người khác. Khát ái nảy sanh khi thấy một cảnh sắc đẹp là dục ái *(kāma taṇhā)*. Ở đây cảnh sắc không chỉ liên quan đến diện mạo, màu sắc…, mà con liên quan đến toàn bộ hình dáng, thân thể của người đàn ông hay đàn bà vốn tác dụng như căn bản của sự thấy, những y phục họ mặc và những vật khác thuộc về cô ta hay anh ta. Cũng vậy, đối với các cảnh trần khác như âm thanh, mùi, vị, đàn ông, đàn bà…, tạo ra những cảnh khả ái, và lòng khao khát đối với chúng được gọi là dục ái *(kāma taṇhā)*. Tóm lại, lòng mong muốn hay khao khát đối với bất kỳ một dục trần khả ái nào đều là *kāma taṇhā*.

Mong muốn trở thành một con người, một vị chư thiên, mong muốn được sinh làm một người nam hay một người nữ; khát khao được hưởng thụ các dục lạc như một con người, như một vị chư thiên, như một người đàn ông hay một người đàn bà — tất cả những khát khao này cũng gọi là dục ái *(kāma taṇhā)*. Do đó, chúng ta có thể nói rằng thích thú trong những ý nghĩ hay đối tượng khả lạc, khả ái là *kāma taṇhā* hay dục ái.

Khi thấy, nghe, ngửi, nếm, hay xúc chạm một dục trần, nếu ta xem nó là lạc, một sự ưa thích lập tức phát sanh đối với dục trần ấy. Nghĩ nó là lạc có nghĩa là vô minh *(avijjā)*. Vô minh vốn che đậy bản chất thực của dục trần và làm phát sanh quan niệm sai lầm về nó. Vô minh nhận cái vô thường là thường, khổ là lạc, xem các hiện tượng danh và

sắc vốn không có linh hồn hay tự ngã là ngã hay thực thể sống, và xem thân mình cũng như thân của người khác vốn bất tịnh là tịnh.

Như vậy, do nghĩ cái vốn không lạc là lạc, ưa thích đã phát sanh đối với nó; do ưa thích và mong muốn (nó) dẫn đến tham ái; tham ái thúc đẩy người ta lao vào những hoạt động nhằm hoàn thành tham ái ấy. Những hoạt động có chủ ý như vậy là Nghiệp *(kamma)* và các Hành *(saṇkhāras)* vốn trách nhiệm cho sự hình thành các uẩn danh và sắc mới của một hiện hữu mới. Vì thế mỗi lần ưa thích hay ước muốn một dục trần nào đó có nghĩa là đã mạo hiểm lao vào một sanh hữu mới. Do ảnh hưởng của tham ái *(taṇhā)*, Hành Tác Thức (*Abhisaṅkhāra viññāṇa* 行作識) hay gọi cách khác là Tốc Hành Tâm Cận Tử *(maraṇā sannajavana)* đã bám chắc vào Nghiệp *(kamma)*, Nghiệp Tướng *(kamma nimitta)* và Thú Tướng *(gati nimitta)*, ba dấu hiệu xuất hiện vào lúc lâm chung. Do sự bám chắc vào các đối tượng được thấy ở ngưỡng cửa tử này, sát-na sau khi tâm tử diệt Kiết Sanh Thức khởi lên bám vào cảnh thấy cuối cùng ấy, làm phát sanh một sự tái sanh mới. Vì vậy tham ái *(taṇhā)* này được mô tả là *'ponobhavikā'* — làm phát sanh sự hiện hữu mới.

HỮU ÁI (BHAVA TAṆHĀ)

Theo Chú giải, hữu ái *(bhava taṇhā)* là tham ái đi kèm với thường kiến *(sassata diṭṭhi)*. Ở đây, *bhava* có nghĩa là trở thành hay hiện hữu. Vì vậy *bhava taṇhā* là tham ái dựa trên niềm tin vào sự thường hằng và vững bền của hiện hữu.

Thương Kiến là tà kiến cho rằng có một linh hồn hay thực thể sống không bao giờ chết cũng không bao giờ tan biến; mặc dù thân xác vật lý thô này có chết đi, song linh hồn hay thực thể sống này không phải chịu sự tan hoại. Nó nhập vào một thân xác mới và tồn tại ở đó. Cho dù thế gian này có sụp đổ và tan hoại, linh hồn vẫn thường tại vĩnh cửu và không bao giờ chết.

Những tín ngưỡng tôn giáo ngoài Phật Giáo hầu hết bám vào thường kiến này. Một số tin rằng, sau khi chết, con người sẽ trường tồn trên thiên giới hoặc chịu kiếp đoạ đày vĩnh viễn trong địa ngục theo ý Thượng Đế. Số khác thì quan niệm rằng một chúng sanh chuyển di từ một hiện hữu này sang một hiện hữu khác theo nghiệp *(kamma)* và tồn tại vĩnh hằng ở đó. Số khác nữa lại tin rằng một chúng sanh cứ luân chuyển từ kiếp sống này sang kiếp sống khác theo một tiến trình nhất định và rồi giải thoát.

Nói tóm lại, bất cứ tín ngưỡng nào chấp giữ quan niệm cho rằng *"có một linh hồn hay thực thể sống di chuyển từ kiếp này sang một kiếp sống mới không bị tan hoại"* là thường kiến *(sassata diṭṭhi).* Ví như, con chim đậu trên một cái cây, khi cái cây này đổ thì nó bay sang cây khác. Khi cây thứ hai đổ nó lại tiếp tục bay sang cây thứ ba… Cũng vậy, linh hồn hay thực thể sống, vào lúc xác thân thô mà trên đó nó nương dựa tan hoại, sẽ di chuyển sang một thân xác khác, còn tự thân nó vẫn bất diệt không bị tiêu hoại.

Tham ái đi kèm với thường kiến như vậy gọi là hữu ái *(bhava taṇhā).* Tham ái này lấy làm vui thích trong quan niệm

cho rằng có một linh hồn hay thực thể sống thường hằng, bền vững. Cái Ta bất diệt này cảm giác các cảm thọ và sẽ tiếp tục cảm giác những cảm thọ ấy trong tương lai; do tin như vậy, nó lấy làm thích thú trong mọi đối tượng nó thấy, nghe, ngửi, xúc chạm, hay biết và nó cũng thấy thích thú trong những đối tượng mà nó hy vọng sẽ đi đến hưởng thụ trong tương lai. Ước muốn được hưởng một cuộc sống an vui và thịnh vượng trong hiện tại và trong tương lai. Nghĩa là trong tương lai, nó muốn được tái sanh trong những kiếp sống mới tốt đẹp hơn, hạnh phúc hơn để thọ hưởng sự giàu sang của con người hay chư thiên. Một số thì mong muốn luôn luôn được tái sanh là người nam, một số thì luôn luôn làm người nữ. Tất cả những điều này là sự thể hiện của Hữu Ái.

Mỗi lần tham ái sanh khởi, đối với các dục trần sẵn có trong hiện tại hay đối với kiếp sống họ đang sống, hay một kiếp sống nào đó trong tương lai mà họ mong đợi sẽ được tái sanh vào, chính là do hữu ái này. Có thể nói hữu ái là thế lực tạo điều kiện hay sức mạnh tiệm tàng đang xây dựng cho sự xuất hiện của một kiếp sống mới. Đó là lý do tại sao Đức Phật dạy: *'ponobhavika…*có thể làm phát sanh một hiện hữu mới (tái sanh). Hữu ái được tóm tắt lại như thế này:

- ***Khát khao hiện hữu với quan niệm cho rằng sự sống là bất diệt là Hữu Ái (Bhava Taṇhā)***

PHI HỮU ÁI (VIBHAVA TAṆHĀ)

Trong từ *'Vibhava Taṇhā'*, *vibhava* có nghĩa là không trở thành, không hiện hữu, sự huỷ diệt của hiện hữu. Tham ái với quan niệm cho rằng *"chỉ khi còn sống mới có sự hiện hữu, và không còn gì cả sau khi chết"*, được gọi là Phi Hữu Ái *(vibhava taṇhā)*. Đây là loại tham ái đi kèm với đoạn kiến *(uccheda diṭṭhi)*, quan kiến cho rằng *"không có gì còn lại sau khi chết; chỉ có sự huỷ diệt hoàn toàn."* Đây là giáo lý do Ajita, lãnh đạo của một giáo phái trong thời Đức Phật thuyết giảng. Giáo lý của ông có thể tóm tắt như vầy: Một cá nhân do Tứ Đại tạo thành. Khi người ấy ấy chết, địa đại hay chất đất trong thân người ấy nhập vào khối địa đại hiện hữu trong các vật thể vô tri ở bên ngoài. *(Những gì nó muốn nói là: địa đại tự nó vốn đã thể hiện như sự cứng, thô trong lúc thân còn sống, sẽ tự nhập vào địa đại vô tri bên ngoài, đó là địa đại của xác chết. Đúng thời nó biến thành chất đất (pathavī rūpa), và chất đất này lại biến đổi thành chất đất của các loại cây cối v.v…)*

Thuỷ đại hay chất nước của thân sống sẽ chảy vào lại khối nước vô tri. (Đó là, trạng thái ướt, trạng thái lỏng của xác chết sẽ trở thành trạng thái ẩm ướt của khối nước vô tri bên ngoài)

Hoả đại hay chất lửa của thân sống nhập vào khối hơi nóng vô tri bên ngoài và phong đại hay chất gió thì chảy vào khối không khí vô tri bên ngoài. Toàn bộ khả năng biết (các giác quan mắt, tai, mũi, lưỡi…) chuyển vào hư không. (Các nhà đoạn kiến không công nhận sự hiện hữu tách biệt

của nhãn thức, nhĩ thức…Họ cho rằng các hình thức vật chất của mắt, tai…tự chúng thấy, nghe, nếm, xúc chạm. Trong khi ý (mana) tự nó là khả năng suy nghĩ. Họ giải thích sự diệt của thức dưới dạng sáu căn, mà theo họ, sẽ nhập vào hư không hay biến mất vào hư không…)

Dù người ấy là người trí hay kẻ ngu, khi chết, họ cũng hoàn toàn biến mất như nhau. Không còn lại gì sau khi chết. Kẻ ngu không phải chịu khổ trong một kiếp sống mới vì những ác nghiệp quá khứ của họ. Người trí cũng không có kiếp sống mới để hưởng quả báo của những thiện nghiệp họ đã làm.)

Trên đây là một trong số những lời dạy của *Ajita*, người chấp vào chủ thuyết đoạn kiến. Chúng ta có thể thấy hệ tư tưởng này sẵn sàng được chấp nhận bởi những người hay do dự khi tránh điều ác và làm điều thiện. Vì theo hệ tư tưởng này, người ta mặc nhiên công nhận rằng không có sự sống, không có sự hiện hữu, sau khi chết, song điều này cũng chẳng khác gì thú nhận rằng có sự sống trước khi chết vậy. Câu hỏi có thể phát sanh là *"Vậy sự hiện hữu trước khi chết đó là cái gì?"* Trả lời, (theo phương pháp lý luận của họ), đó chỉ có thể là tự ngã *(atta)*, hay chúng sanh *(satta)* đang sống vậy thôi. Như vậy, mặc dù Ajita chủ trương một cá nhân là do tứ đại tạo thành, thì phải nói rằng, đối với ông ta, tự ngã hay chúng sanh vẫn hiện hữu. Do sự chấp trước vào tự ngã này, những người theo đoạn kiến lý lẽ rằng thay vì phí thì giờ làm những việc phước thiện cho kiếp tương lai, hãy tận dụng mọi cơ hội trong khoảnh khắc hiện tại để hưởng thụ các lạc thú. Tham ái đi kèm với quan niệm cho rằng không

có gì còn lại sau khi chết, mọi thứ đều hoại diệt, được gọi là Phi Hữu Ái *(vibhava taṇhā)*, chúng ta có thể tóm tắt nó như sau:

▪ ***Tham ái khởi lên cùng với đoạn kiến là Phi Hữu Ái.***

Phi hữu ái này thích ý niệm cho rằng sau khi chết, sự hiện hữu bị huỷ diệt không cần bất kỳ nỗ lực đặc biệt nào. Lý do tại sao? Những người chấp giữ tà kiến này thường không thực hành các điều thiện và tránh các điều ác. Những điều ác mà họ phạm cũng nhiều vô số kể. Nếu kiếp sống mới xảy ra sau khi chết, những ác nghiệp này sẽ cho quả bất thiện và tất nhiên là họ không thích thú gì. Chỉ khi nào không có gì xảy ra sau khi chết, nghĩa là không có sự hiện hữu mới, những ác nghiệp của họ mới bị xoá; họ sẽ không phải chịu trách nhiệm đối với chúng và thoát khỏi mọi hậu quả của những ác nghiệp ấy không bị trừng phạt. Vì vậy ý niệm chết là hết này này cực kỳ hấp dẫn đối với những người đoạn kiến.

Mặt khác, do tin rằng thời gian để hưởng thụ là hiện tại, tức kiếp sống hiện tại trước khi chết, họ háo hức chạy theo những dục trần khả ý. Vì vậy trong sự theo đuổi những gì họ xem là vừa lòng, thích ý, tất cả họ đều hướng ra ngoài. Sự hăng say theo đuổi các dục lạc này dẫn đến chỗ tạo tác các nghiệp, và mỗi hành nghiệp như vậy sẽ góp phần vào sự hình thành của kiếp sống mới.

Và mỗi lần có sự thích thú hoặc hưởng thụ các dục lạc của kiếp sống hiện tại, xung lực của tham ái *(taṇhā)* này được

truyền vào dòng tâm thức. Hậu quả là, vào lúc sắp chết, tốc hành tâm cận tử hay gọi cách khác là Hành Tác Thức *(abhisaṅkhāra viññāṇa)* bám chặt vào các dấu hiệu của sự chết, đó là nghiệp, nghiệp tướng, và thú tướng. Trong khi đang bám vào những đối tượng này, nếu cái chết đến cùng với tâm tử, tâm tục sanh sẽ khởi lên để cho một hiện hữu mới, do một trong ba dấu hiệu này làm duyên. Như vậy, một người chủ trương đoạn kiến, dù thích hay không thích, vẫn phải tái sanh trong một hiện hữu mới do tham ái *(taṇhā)* đối với những vật khả ý của họ. Và sự hiện hữu mới này rất có thể phải ở trong những trạng thái hạ liệt và đau khổ vì trước đây họ đã không tạo tác được gì ngoài những ác nghiệp.

Do đó, Đức Phật đã dạy rằng loại Phi Hữu Ái này cũng làm phát sanh hiện hữu mới *(ponobhavikā)*. Như vậy cả ba loại ái này— dục ái, hữu ái, và phi hữu ái, đều dẫn đến kiếp sống mới và khổ đau. Tóm tắt:

- ***Nhân đích thực của khổ nằm trong ba loại tham ái (dục ái, hữu ái, và phi hữu ái)***

Ba loại ái vừa nói ở trên là nguồn gốc của khổ bắt đầu từ sanh *(Jāti)*, đến chấp thủ năm uẩn *(upādānakkhandhā)*, và do đó được định danh là Tập Đế *(samudaya saccā).*

Về vấn đề tham ái này sanh khởi ở đâu và bám rễ ở đâu, Kinh Đại Niệm Xứ tuyên bố: *"Chỗ nào trên đời này, có những pháp thích ý, vừa lòng, ở đó tham ái này sẽ sanh và bám rễ."*

Ở đây, khi nói ***'tham ái sanh'*** là muốn nói đến sự sanh khởi thực sự của tham ái do gặp những pháp thích ý, vừa lòng. Tham ái này gọi là 'Triền Phiền Não', tức phiền não đã bột phát *(pari+uṭṭhāna+ kilesa, paryuṭṭhāna* 纏 , *kilesa* 煩惱). Còn 'bám rễ' có nghĩa là, do không quán tính chất vô thường của các pháp thích ý nên tham ái đối với chúng vốn ngủ ngầm, bám rễ để sanh lên khi những hoàn cảnh thuận lợi cho phép. Đây là tham ái ngủ ngầm, tham ái nằm ngầm trong các đối tượng giác quan khi thoát khỏi bị quán (tính chất vô thường), được gọi là *ārammananusaya (phiền não ngủ ngầm trong đối tượng)*. Thiền Minh Sát đoạn trừ được loại phiền não này.

Các pháp thích ý, vừa lòng từ đó tham ái sanh đã được mô tả một cách tỉ mỉ trong Kinh Đại Niệm Xứ và có thể tóm tắt như sau:

1. *Nhãn, nhĩ, tỷ, thiệt, thân và ý (sáu căn môn)*
2. *Cảnh sắc, thanh, hương, vị, xúc và pháp (sáu cảnh, hay sáu dục trần)*
3. *Nhãn thức, nhĩ thức…(sáu loại thức)*
4. *Sáu loại xúc (nhãn xúc, nhĩ xúc…ý xúc)*
5. *Sáu loại thọ do xúc sanh…*

Trong khi hành thiền minh sát, những pháp thích ý, vừa lòng này phải được quán. Không nhận ra chúng là vô thường, bất toại nguyện v.v…bằng sự ghi nhận với chánh niệm sẽ dẫn đến sự sinh sản ra hai loại tham ái. Hai loại tham ái này, đó là Ái Tuỳ Miên *(anusaya taṇhā)*, hay tham ái ngủ ngầm đối với những đối tượng vừa ý do thoát khỏi sự

quán hay thoát khỏi sự ghi nhận chúng đúng như thực, vào lúc thấy, nghe…, và Ái Bột Phát *(pariyutthāna taṇhā)*, ái đã thực sự khởi lên từ những đối tượng vừa ý ấy, tạo thành thánh đế về nguồn gốc của khổ (khổ tập thánh đế). Điều này cần phải được hiểu biết một cách thấu đáo và ghi nhớ cẩn thận.

Phần khổ tập thánh đế đến đây kể như đã được giải thích tương đối đầy đủ.

Hết Phần V

ĐẠI KINH CHUYỂN PHÁP LUÂN

PHẦN VI

DIỆT ĐẾ (NIRODHA SACCĀ)

Idaṃ kho pana, bhikkhave, dukkhanirodhaṃ ariyasaccaṃ – yo tassāyeva taṇhāya asesavirāganirodho cāgo paṭinissaggo mutti anālayo.

"Này các Tỳ-kheo, bây giờ Như Lai sẽ giảng về Diệt Đế (Thánh đế về sự Diệt của Khổ), chân lý đích thực mà các Bậc Thánh nên biết. Đó chính là ly tham, đoạn diệt, không có dư tàn khát ái ấy, sự quăng bỏ, từ bỏ, giải thoát, không có chấp trước khát ái ấy."

Như vậy thánh đế về sự diệt khổ chính là sự diệt của tham ái, tập đế *(samudaya saccā)*, gọi cách khác là khổ tập thánh đế. Nhờ minh sát trí *(vipassanā ñāṇa)* và Thánh đạo trí *(Ariya magga ñāṇa)* tham ái không có cơ hội phát sanh và diệt mất. Nó cũng giống như đêm tối bị xua tan bởi ánh sáng mặt trời vậy. Khi A-la-hán thánh đạo trí *(Arahantta magga Ñāṇa)* xuất hiện, tham ái không còn cơ hội để sanh và bị tuyệt diệt. Với sự diệt của tham ái *(taṇhā)*, các uẩn danh và sắc cho một kiếp sống mới không thể xuất hiện và ngưng hiện hữu hoàn toàn. Sự không khởi lên hay sự diệt của tham ái này được gọi là Thánh Đế về Sự Diệt của Khổ (Khổ Diệt Thánh Đế). Sự diệt của tham ái bằng A-la-hán thánh đạo trí là sự diệt

hoàn toàn không còn dư tàn của tham ái và là hình thức diệt cao quý nhất và cao tột nhất.

Có những hình thức diệt thấp hơn, chẳng hạn như sự diệt bằng Bất Lai Thánh Đạo *(anāgāmi magga)* vốn chỉ dập tắt hoàn toàn dục ái *(kāma taṇhā)*; sự diệt bằng Nhất Lai Thánh Đạo *(sakadagāmi magga)* chỉ diệt được những hình thức thô của dục ái; sự diệt bằng Nhập Lưu Thánh Đạo *(sotāpatti magga)* chỉ loại trừ được những dục ái nào đưa đến tái sanh trong những cõi khổ. Do những sự diệt này chỉ liên quan đến sự diệt phần nào tham ái nên có thể xem chúng như những loại Diệt Đế *(nirodha saccā)* cấp thấp. Có một hình thức diệt khác xảy ra do hành thiền trên tính chất vô thường, bất toại nguyện và vô ngã của các hiện tượng.Thực ra, trong suốt giai đoạn quán trên những tính chất ấy, tham ái không có cơ hội phát sanh và vì vậy sự diệt tạm thời của tham ái xảy ra mà thôi. Nó có thể được xem như sự diệt nửa vời của tham ái bằng sự phát triển minh sát trí. Mỗi lần một người chuyên tâm hành thiền minh sát, có thể nói rằng họ đang thực hiện sự diệt tạm thời của tham ái này.

Kinh điển Pāḷi đưa ra những giải thích sau về sự diệt của ái bằng cách trả lời câu hỏi tham ái này khi xả ly thì xả ly ở đâu, khi diệt trừ thì diệt trừ ở đâu? *"Chỗ nào trên đời này có những pháp thích ý, vừa lòng, ở đó ái này có thể được xả ly, có thể được diệt trừ."*

Ở đây, các pháp thích ý, vừa lòng, như đã giải thích ở trên, là sáu căn môn: nhãn, nhĩ, tỷ, thiệt, thân, và ý; sáu trần cảnh: sắc, thanh, hương, vị, xúc, và pháp; sáu thức: nhãn

thức, nhĩ thức, tỷ thức, thiệt thức, thân thức, và ý thức. Về chi tiết có thể tham khảo trong Kinh Đại Niệm Xứ.

Xả ly và diệt trừ về ý nghĩa giống như nhau. Tương tự, từ bỏ *(cāgo)*, xả ly *(paṭinissaggo*-捨離*);* giải thoát *(mutti*—解脱*)*; vô chấp trước hay không tham muốn *(analayo*—無執著<着>*)* … tất cả đều bao hàm cùng một ý nghĩa như nirodha, tức sự diệt, hay huỷ diệt.

SỰ DIỆT CỦA THAM ÁI XẢY RA NHƯ THẾ NÀO

Khi người hành thiền, nhờ ghi nhận ‘thấy’ ‘thấy’ vào sát-na thấy, trở nên tin chắc về bản chất vô thường, khổ, vô ngã đích thực của chúng, vị ấy sẽ không bị mù quáng bởi ảo tưởng về sự thường, lạc, ngã, tịnh trong các căn và cảnh (trần) như con mắt (nhãn), cảnh sắc, nhãn thức…Vị ấy nhất thời được giải thoát khỏi vô minh *(avijja)*. Sau khi đã thấy thực tại đúng như thực và được giải thoát khỏi vô minh, cảm giác vừa ý, hay thích thú đối với những đối tượng ấy sẽ không khởi lên. Đây là sự diệt tạm thời hay sự tàn tạ nhất thời của tham ái. Do sự tàn tạ của tham ái, thủ *(upādāna)*, nghiệp *(kamma)* và hành *(saṅkhāra)* vốn lết theo sau tham ái không thể khởi sanh. Do đó thức, danh&sắc, lục nhập, xúc, và thọ, những quả nghiệp bất thiện và hành, không thể xuất hiện. Đây là cách tham ái cùng với khổ bị dập tắt một cách tạm thời; sự dập tắt này được gọi là nhất thời đoạn diệt hay nhất thời Niết Bàn.

Theo cách tương tự, người hành thiền, nhờ ghi nhận 'nghe', 'nghe'; 'ngửi', 'ngửi'… 'nhĩ thức', 'tỷ thức'…mỗi lúc nghe, ngửi v.v…, và trở nên chắc chắn về bản chất vô thường, khổ, và vô ngã đích thực của tai, âm thanh, mũi, mùi, lưỡi, vị…Vị ấy được giải thoát khỏi ảo tưởng về sự thường, lạc, ngã tịnh liên quan đến các đối tượng này. Như vậy, ngay lúc đó vị ấy sẽ có sự diệt tạm thời của ái, và khổ hay nói cách khác là sẽ có nhất thời Niết Bàn.

Nhờ thiền minh sát thúc đẩy sự diệt tạm thời này mà thắng trí được phát triển, Niết Bàn được chứng đắc bằng phương tiện nhập lưu thánh đạo trí *(sotāpanna ñāṇa)*. Nhập lưu thánh đạo trí diệt những dục ái *(kāma taṇhā)* nào có thể khiến cho phải tái sanh trong những trạng thái khổ (bốn ác đạo). Bởi thế người hành thiền được giải thoát hoàn toàn khỏi những khổ đau của khổ cảnh (*apāya* =苦界, 苦處), và cái khổ của hơn bảy kiếp trong những cõi vui dục giới *(kāmasugati)*. Đây là sự diệt của khổ như kết quả của tham ái diệt. Tuy nhiên, không nên nghĩ rằng đạo quả nhập lưu *(sotāpanna magga phala)* lấy sự diệt ái làm đối tượng quán của nó. Nó chỉ an trú diệt như kết quả của sự diệt khổ cố hữu trong các uẩn danh và sắc mà thôi.

Khi Nhất lai thánh đạo trí *(sakadāgāmi ñāṇa)* chứng đắc Niết Bàn, những hình thức thô hơn của dục ái cùng với những nỗi khổ của hơn hai kiếp trong cõi dục đã được dập tắt. Khi Bất lai thánh đạo trí *(Anāgāmi ñāṇa)*, chứng đắc Niết Bàn, những hình thức vi tế của dục ái và những nỗi khổ của hơn một kiếp trong cõi sắc giới *(rūpa loka)*, hay trong cõi vô sắc giới *(arūpa loka)*, được dập tắt. Đây cũng là sự diệt khổ

như kết quả của sự diệt ái. Trong hai đạo quả này cũng vậy, tâm chỉ an trú diệt như kết quả của sự diệt khổ cố hữu trong các uẩn danh sắc mà thôi.

Khi Niết Bàn được chứng đắc bằng A-la-hán thánh đạo trí *(Arahatta magga ñāṇa)*, mọi hình thức của khổ được đoạn diệt hoàn toàn. Đây cũng là sự diệt khổ như kết quả của diệt ái. Chúng ta có thể tóm tắt lại như sau:

- Khi ái diệt thì khổ diệt.

Chỉ khi tham ái được đoạn trừ hoàn toàn, sự giải thoát khổ thực sự mới hoàn tất. Thoát khổ bằng những phương tiện khác, không phải là sự giải thoát đích thực mà chỉ là sự giải khuây tạm thời; đúng thời khổ lại tái diễn. Giống như chúng ta phải duỗi chân tay để giảm nhẹ sự cứng nhắc do co. Cái đau tạm thời được loại trừ chỉ để trở lại khi mệt mỏi phát sanh do duỗi. Cũng vậy, sự tê cứng do ngồi lâu có thể được giải toả bằng cách đứng dậy đi tới đi lui nhưng chẳng bao lâu sự tê cứng sẽ quay trở lại do mệt mỏi. Khi một người bị cơn đói tấn công, cái khổ có thể được giải toả bằng cách ăn vào một chút thức ăn; nhưng sau vài giờ cơn đói lại bắt đầu trở lại. Bệnh tật cũng thế, có thể được chữa bằng sự điều trị thuốc men thích hợp nhưng những chứng bệnh khác sớm muộn gì cũng phát sanh để làm phiền trở lại.

Những hoàn cảnh khó khăn của cuộc sống có thể được giải quyết bằng cách dự phần vào một công việc làm ăn hay buôn bán thích hợp nào đó, điều này đôi khi cũng đưa đến sự thành công và thuận lợi, giúp người ta có được địa vị

cao hay trở thành một người giàu có. Tuy nhiên với những thăng trầm của cuộc sống, từ địa vị cao ấy lắm khi người ta có thể rớt xuống và trở nên khánh tận. Cho dù cả cuộc đời có thể trôi qua êm ả, không có gì rắc rối, người ta chắc chắn vẫn phải đối diện với những khổ đau vào lúc chết. Nhờ những thiện nghiệp như bố thí, giữ giới, họ có thể được tái sanh làm người trong những hoàn cảnh thuận lợi hoặc tái sanh như một vị vua cõi trời đầy quyền lực. Tuy nhiên, khi quả nghiệp thiện họ làm trước đó đã mãn, tái sanh trở lại trong những cõi khổ là điều không thể tránh được. Nếu một người ra sức phấn đấu để có được một kiếp sống dài lâu và hạnh phúc bằng cách thực hành thiền định thuộc sắc giới và vô sắc giới, họ có thể đạt đến cõi phạm thiên sắc giới và vô sắc giới, ở đây họ có thể sống một cách an vui trong nhiều đại kiếp. Nhưng rồi cũng có lúc, khi những thiện nghiệp thiền cạn kiệt. Lúc đó họ phải đương đầu với sự kiện có thể xảy ra là rớt xuống những kiếp sống thấp thỏi khổ đau trở lại, như trường hợp của con heo cái đã đề cập ở chương Nhân Sanh Của Khổ *(samudaya saccā—tập đế)* trước đây.

Như vậy, trừ phi tham ái được đoạn trừ hoàn toàn, không hình thức giải thoát nào có thể được xem là sự giải thoát bảo đảm chân thực. Sự giải thoát hoàn toàn và vĩnh cửu khỏi mọi hình thức của khổ chỉ thành tựu khi tham ái bị diệt trừ hoàn toàn. Chính vì thế mà Đức Phật dạy, *"tassayeva taṇhāya asesa virāga nirodhā"*, sự đoạn trừ, sự diệt tận của tham ái *(taṇhā)* là diệt khổ thánh đế.

Điều này phù hợp với giáo lý duyên sanh vốn tuyên bố rằng khi những nhân duyên như vô minh…diệt, các quả

của chúng, như hành *(saṅkhāra)*… cũng diệt. Vì thế, trong Tăng Chi Kinh *(Aṅguttara)* Đức Phật dạy *"Này các Tỳ-kheo, thế nào diệt khổ thánh đế?" Do sự suy tàn và đoạn diệt của vô minh, các hành (saṅkhāra), hay hành nghiệp diệt; do hành, nghiệp diệt thức tái sanh diệt; do thức diệt danh và sắc diệt; do danh và sắc diệt lục nhập diệt; do lục nhập diệt (sáu giác quan hay sáu căn) xúc diệt; do xúc (sự tiếp xúc giữa căn và cảnh) diệt thọ diệt; do thọ diệt ái diệt; do ái diệt thủ diệt; do thủ diệt hữu diệt; do hữu (tiến trình trở thành) diệt tái sanh diệt; do tái sanh diệt, già chết, sầu, bi, khổ, ưu,và não diệt. Như vậy sự diệt của toàn bộ khối khổ này xảy ra (mà không có bất kỳ linh hồn hay thực thể nào và cũng chẳng có gì liên quan đến lạc (sukha) ở đây). Này các Tỳ-kheo đây gọi là thánh đế về sự diệt của toàn bộ khối chỉ có khổ này.*

Trong bài kinh trên, trình tự diệt, chẳng hạn, do vô minh diệt, hành nghiệp diệt, được nêu ra theo một dãy có thứ tự hẳn hoi để biểu thị sự tương quan của từng nhân với quả của nó. Song điểm quan trọng cần lưu ý ở đây là một khi vô minh đã suy tàn và đoạn diệt , thì tất cả những quả của nó như hành, thức, danh sắc…, đều diệt.

Từ Pāḷi *'nirodha'* hay *'nirodho'* trong kinh điển chỉ có nghĩa là sự diệt, chứ không phải nơi diệt hay điều kiện diệt. Mặc dù các bản chú giải đề cập *nirodha* một cách bóng bẩy như một nơi diệt hay điều kiện của sự diệt, song cần phải thận trọng quan sát để thấy rằng ý nghĩa đích thực của nó là sự không-sanh của những điều kiện có liên quan nhân quả với nhau như vô minh, hành, thức…, sự diệt hoàn toàn, sự

cắt đứt hoàn toàn của chúng, gọi cách khác là Diệt Khổ Thánh Đế hay Niết-Bàn.

Chúng tôi đã đề cập tương đối đầy đủ về diệt khổ thánh đế. Để có thêm chi tiết hãy tham khảo trong cuốn sách "Liên Quan Đến Niết-Bàn". Bây giờ chúng tôi sẽ tiếp tục giải thích Thánh Đế về Con Đường Đưa Đến sự Diệt của Khổ *(Đạo Diệt Khổ Thánh Đế)*.

ĐẠO ĐẾ (MAGGA SACCĀ)

Idaṃ kho pana, bhikkhave, dukkhanirodhagāminī paṭipadā ariyasaccaṃ – ayameva ariyo aṭṭhaṅgiko maggo, seyyathidaṃ – sammādiṭṭhi sammāsaṅkappo sammāvācā sammākammanto sammāājīvo sammāvāyāmo sammāsati sammāsamādhi.

"Này các Tỳ kheo, những gì Như Lai sẽ giảng bây giờ là Thánh Đế về Con Đường đưa đến sự diệt của khổ (Đạo Diệt Khổ Thánh Đế). Thế nào là Đạo Đế này? Đó là Thánh đạo tám ngành, tức là Chánh tri kiến, Chánh tư duy, Chánh ngữ, Chánh nghiệp, Chánh mạng, Chánh tinh tấn, Chánh niệm, Chánh định."

Ở một phần trước chúng tôi đã bàn khá đầy đủ về Đạo Đế. Bây giờ chúng tôi dự định lướt qua một số chi trong đó với những nhấn mạnh cần thiết. Trong tám chi đạo, Chánh tri kiến và Chánh tư duy tạo thành nhóm tuệ *(paññā)*, Chánh ngữ, Chánh nghiệp, và Chánh mạng tạo thành nhóm

giới *(sīḷa)*, Chánh tinh tấn, Chánh niệm, Chánh định, tạo thành nhóm định *(samādhi)*.

Về giới đạo và định đạo có lẽ không cần phải gải thích tỉ mỉ lại nữa. Trong nhóm tuệ , chánh kiến *(sammā diṭṭhi)*, cần phải giải thích thêm. Do đó, chúng tôi sẽ trích dẫn lại lời giải thích của Đức Phật về chánh kiến như sau:

GIẢI THÍCH VỀ CHÁNH KIẾN

"Này các Tỷ kheo, thế nào là Chánh kiến? Này các Tỷ kheo, tri kiến về Khổ, tri kiến về Khổ tập, tri kiến về Khổ diệt, tri kiến về Khổ diệt đạo. Này các Tỷ kheo, như vậy gọi là Chánh kiến."

Trên đây là định nghĩa về chánh kiến do Đức Phật đưa ra. Nói ngắn gọn lại, chánh kiến là biết đúng theo thực tại tứ thánh đế và hiểu chúng đúng như chúng phải được hiểu. Bản dịch của chú giải về sự giải thích này như sau:

HÀNH THIỀN TRÊN TỨ ĐẾ

Thiền trên Tứ Đế hay trên bốn sự thực đã được Đức Phật dạy bắt đầu bằng những từ 'tuệ tri tứ đế'. Trong tứ đế này, hai đế đầu, đó là, khổ đế và tập đế (nhân sanh của khổ) liên quan đến vòng luân hồi *(vaṭṭa,* 輪廻*)*. Hai đế sau, đó là diệt đế và đạo đế liên quan đến sự xuất ly luân hồi *(Vivaṭṭa,* 出離輪廻*,* 出生*)*. Người hành thiền chỉ dùng hai đế đầu như

những đối tượng của thiền minh sát chứ không dùng hai đế sau thuộc về *Vivaṭṭa saccā.*

(Điều đó có nghĩa rằng người hành thiền chỉ quán hai sự thực đầu thuộc hiệp thế trong lúc hành thiền minh sát; chứ không thể chuyên chú trên hai chân lý siêu thế cuối vốn không phải là những đề tài thích hợp cho việc hành thiền. Tại sao? Phụ chú giải nói rằng hai chân lý siêu thế này vượt ngoài phạm vi hiểu biết của hàng phàm nhân.)

Thực sự mà nói, hàng phàm nhân không thể lấy đối tượng thiền là đạo và quả cho thiền minh sát của họ (vì chưa có), Niết Bàn cũng không nằm trong tầm minh và trí của họ trước khi đạt đến giai đoạn Chuyển Tộc trong thiền. Tâm Chuyển Tộc *(Gotrabhu)* chỉ khởi lên sau trí thuận thứ *(anuloma ñāṇa)* khi mà minh sát trí *(vipassanā ñāṇa)* đã được phát triển sung mãn; liền sau Chuyển Tộc là sự chứng ngộ Đạo và Quả Niết Bàn. Do đó, hiển nhiên rằng một phàm nhân không ở trong địa vị để có thể lấy Niết Bàn hay đạo và quả làm đối tượng thiền cho mình được. Vì thế phải lưu ý cẩn thận rằng bất kỳ sự hướng dẫn hay dạy thiền nào khởi sự với việc quán Niết Bàn đều hoàn toàn sai.

Câu hỏi có thể phát sanh là liệu Niết Bàn có thể được dùng như một đối tượng cho pháp tuỳ quán sự tịch tĩnh *(upasamānupassanā-*寂靜随観*, tịch tĩnh tuỳ quán)* hay không. Câu trả lời là: việc quán trên những đức của Niết Bàn như ly tham *(virāga)*, có thể được dùng như một đề mục thiền định để đạt đến sự định tâm hay tịnh chỉ. Nhưng việc thực hành này chỉ nhằm mục đích duy nhất là thành tựu sự nhất tâm;

chứ không đưa đến chứng đắc thánh đạo và thánh quả liền. Trong bất kỳ trường hợp nào cũng vậy, pháp hành thiền này chỉ thích hợp nhất đối với các Bậc Thánh đã chứng đắc Niết Bàn chứ không phải cho hàng phàm nhân. Vì vậy, cố gắng để thành tựu đạo quả bằng cách chuyên chú vàoNiết Bàn ngay từ ban đầu rõ ràng là pháp hành sai lầm.)

Người hành thiền học vắn tắt nơi vị thầy để biết rằng năm uẩn là khổ đế và tham ái là tập đế (nhân sanh của khổ). Hoặc vị ấy có thể học một cách toàn diện hơn để biết rằng năm uẩn bao gồm sắc uẩn *(rūpakkhandhā)*, thọ uẩn *(vedanakkhandhā)*, tưởng uẩn *(saññānakkhandhā)*, hành uẩn *(saṅkhārakkhandhā)* và thức uẩn *(viññāṇakkhandhā).* Sắc uẩn *(rūpakkhandhā)* có nghĩa là sắc tứ đại và các sắc y đại sanh *(upādārūpas)*,…Nói chung, vị ấy sẽ học một cách vắn tắt hoặc toàn diện về hai đế đầu từ người thầy như vậy. Sau đó vị ấy đọc đi đọc lại chúng nhiều lần và quán chúng trong lúc hành thiền. Đối với hai đế sau, người hành thiền chỉ cần nghe từ vị thầy để biết rằng diệt khổ thánh đế và đạo diệt khổ thánh đế là pháp đáng mong muốn, đáng ca ngợi. *(Điều này có nghĩa rằng chỉ cần nghe về hai chân lý siêu thế này và khuynh hướng tâm về chúng là đủ.)*

Người hành thiền làm theo cách đã mô tả ở trên, thể nhập hay chọc thủng qua bốn chân lý (đế) một lúc và nhận thức thấu đáo chúng. Vị ấy nắm bắt đầy đủ bốn chân lý một lúc bằng tuệ minh sát. Nhờ trí thể nhập *(paṭivedha)* vị ấy hiểu rằng khổ là pháp phải được hiểu biết một cách đúng đắn và thấu đáo rằng tham ái là pháp phải được đoạn trừ; rằng Diệt *(nirodha, Niết Bàn)* là pháp phải được chứng đắc và rằng Đạo là

pháp phải được tu tập. Bằng sự hiện quán *(abhisamaya [abhi-samaya] 現觀)* vị ấy tuệ tri khổ là pháp phải được hiểu biết thấu đáo; tham ái là pháp phải đoạn trừ; diệt là pháp cần phải chứng đắc và đạo phải được tu tập.

Như đã mô tả ở trên, trước khi đạt đến thánh đạo, tri kiến về hai đế đầu của người hành thiền, đó là khổ đế và tập đế, phát sanh nhờ học và nghe từ vị thầy, nhờ hỏi và tụng đọc thường xuyên cũng như nhờ tinh thông nó bằng sự suy quán. (Bốn tiến trình đầu tiên, học, nghe, hỏi, tụng đọc, để có được trí này chỉ là *văn tuệ*, tuệ do học hỏi kinh điển; sự nắm bắt do suy quán chung quy cũng chỉ là trí do thiền minh sát). Trí liên quan đến diệt khổ thánh đế và đạo diệt khổ thánh đế có được chỉ bằng cách nghe (vị thầy giảng) về chúng. Sau khi hành thiền minh sát, vào sát-na chứng đắc thánh đạo, ba đế đầu được nắm bắt đầy đủ nhờ đã hoàn thành công việc hiểu biết đúng và thấu đáo về khổ đế, đã hoàn thành công việc đoạn trừ nguồn gốc của khổ (tập đế), và công việc tu tập đạo lộ dẫn đến sự diệt khổ. Còn diệt khổ thánh đế được nắm bắt đầy đủ bằng sự chứng đắc thực thụ.

Như vậy, phù hợp với lời giải thích của chú giải, lúc ban đầu sự hiểu biết (của người hành thiền) chỉ cần do nghe (vị thầy) nói rằng diệt đế và đạo diệt khổ thánh đế là những pháp đáng mong muốn và đáng ca ngợi, đồng thời khuynh hướng tâm về chúng, là đủ. Do đó, rõ ràng là không cần thiết phải có một nỗ lực đặc biệt nào để quán trên hai đế này. Tuy nhiên, tri kiến hiểu biết về hai đế đầu (khổ đế, và tập đế) phải có được bằng cách vừa do nghe về chúng cũng như vừa do tu tập minh sát trên chúng.

CẦN BAO NHIÊU VĂN TUỆ (SUTAMAYA-TUỆ DO NGHE)?

Như chúng tôi đã trích dẫn lời chú giải, chỉ cần biết rằng năm uẩn là khổ đế, và tham ái là tập đế, chừng ấy thôi là đủ. Ở đây, năm uẩn phải hiểu là năm thủ uẩn *(upādānakkhandhā)* đã đề cập trong kinh (Chuyển Pháp Luân) này. Như chúng tôi đã giải thích đầy đủ ở trên, năm uẩn là những đối tượng tự biểu thị vào lúc thấy, nghe,…, còn tập đế chúng tôi cũng đã nói tới trong phần liên quan. Đối với sự hiểu biết về quy luật duyên sanh, theo phụ chú giải của bộ Thanh Tịnh Đạo, thì những gì Tôn giả *Assaji* dạy: *ye dhammā hetuppabhavā*…Các pháp phát sanh do nhân, nhân ấy Như Lai đã dạy…tạo thành toàn bộ quy luật duyên sanh theo cách tóm tắt.

Chú giải Đại Phẩm của Tạng Luật cũng xác nhận điều đó khi cho rằng, bằng những lời *"ye dhammā hetuppabhavā" (các pháp phát sanh do nhân)* Tôn giả Assaji đang dạy về năm uẩn hay khổ đế và bằng những lời *"tesaṃ hetum tathāgato aha" (nhân ấy Như Lai đã dạy rõ)* ngài đang dạy về nhân sanh của khổ hay tập đế. Như vậy, rõ ràng là sau khi đã học tóm tắt, do nghe, về khổ đế và tập đế, người hành thiền cũng còn phải học vắn tắt về quy luật duyên sanh. Những ai cho rằng Thiền Minh Sát không thể thực hành nếu không thông suốt pháp duyên sanh với những lược đồ của nó, thì điều này đã đi ngược lại những giải thích của chú giải và phụ chú giải, đồng thời làm tổn hại nghiêm trọng đến việc thực hành Phật giáo *(paṭipatti sāsanā)*.

Trong Tiểu Kinh Ái Đoạn Tận *(Cūlataṇhāsaṅkhāya sutta)* của Trung Bộ, liên quan đến tri kiến vắn tắt cần phải có do học, chúng ta tìm thấy đoạn kinh sau, *"Này thiên chủ, trong giáo pháp này, vị Tỳ-kheo đã được nghe rằng thật không thích hợp, không thích đáng để chấp vào quan niệm cho rằng tất cả pháp (dhammas) là thường, lạc, ngã, và tịnh."*

Điều này có nghĩa rằng, nếu vị Tỳ-kheo đã từng được nghe rằng năm uẩn danh và sắc vốn tự biểu thị ở sáu cửa giác quan (sáu căn môn) mỗi lần có sự thấy, nghe, …, và rằng sẽ là không thích hợp, không thích đáng để xem chúng như thường, lạc, ngã; rằng chúng là vô thường, phải chịu khổ và vô ngã, thời vị ấy đã có tri kiến tóm tắt (văn tuệ) đủ để đi vào hành thiền.

Rồi Đức Phật tiếp tục: *"Vị Tỳ-kheo ấy, đã học bằng cách nghe cho đến mức độ như vậy, hiểu biết tất cả pháp bằng thiền quán và kinh nghiệm thực tiễn."* Sau đó Đức Phật dạy cách hành thiền để đạt đến trí phân biệt danh và sắc *(nāmarūpapariccheda ñāṇa)*,…Chúng tôi sẽ tóm lại đoạn trên như sau:

1. *Tất cả Pháp (dhamma) là vô thường, khổ và vô ngã.*
2. *Trí có được do nghe (suta) là đủ.*
3. *(đủ) để có thể phân biệt được giữa danh và sắc của các uẩn, bằng thiền.*
4. *Và để nhận ra bản chất vô thường và bất toại nguyện của chúng.*

Số 1 và 2 ở trên chỉ ra cho thấy tri kiến vắn tắt do nghe (văn tuệ - sutamaya ñāṇa) là vừa đủ để tiến hành thiền quán. Số 3 chỉ cho thấy nhờ ghi nhận mọi hoạt động của sự thấy, nghe…vào lúc chúng xảy ra, trí có được ấy có thể giúp người hành thiền phân biệt được giữa danh và sắc (nghĩa là có được trí phân biệt danh sắc - nāmarūpapariccheda ñāṇa) và biết được nguyên nhân của hiện tượng thấy, nghe,…(tức có được trí phân biệt nhân duyên – paccayapariggaha ñāṇa). Hai loại trí này được gọi là Thông Trí Tuệ (abhiññā paññā, 通智慧*), và là trí biến tri (ñātapariññā) trong ba loại biến tri (pariññā). Số 4 có nghĩa là trí hiểu rõ tất cả pháp và thấu suốt được bản chất vô thường, khổ và vô ngã của chúng hợp với câu "sabbaṃ dhammaṃ abhiññāya, sabbaṃ dhammaṃ parijānāti*[10] *" (hiểu biết toàn diện tất cả pháp, biến tri tất cả pháp)". Những trí này tạo thành tri kiến thâm sâu thuộc tirana pariññā (*度遍智*, độ biến tri) và pahāna pariññā (*斷遍智*, đoạn biến tri).*

Điểm chính mà chúng tôi muốn nhấn mạnh ở đây là chỉ cần học bằng cách nghe (vị thầy giải thích rằng các pháp là vô thường, khổ, và vô ngã) là người hành thiền đã có đủ trí văn *(sutamaya ñāṇa)* để tiến hành nỗ lực cho sự chứng đắc A-la-hán Thánh Đạo và Thánh Quả. Như vậy sự quả quyết cho rằng, không có một tri kiến toàn diện về quy luật duyên sanh (pháp duyên sanh), thì không nên hành thiền đã đi ngược lại lời dạy của Đức Phật trong Kinh *Cūlataṇhāsaṅkkhaya (Tiểu Kinh Ái Đoạn Tận)*, làm thối chí những người có khuynh

[10] Parijānāti, (pari+ñā+nā) 遍知(完全知道)， 肯定， 了解。To perceive, learn, know exactly

hướng muốn hành thiền và gây bất lợi cho sự phát triển pháp hành Phật Giáo.

Nếu, theo sự xác nhận của họ, thiền chỉ có thể được thực hành sau khi đã thông suốt quy luật duyên sanh cùng với lược đồ giải thích (vòng thập nhị nhân duyên)…của nó, thì đối với một số người không có thời gian hoặc không có cơ hội để nghiên cứu quy luật duyên sanh hay lĩnh hội nó một cách khó khăn, chậm chạp, có thể sẽ mất cơ hội đắc đạo quả cho dù họ có đầy đủ Ba-la-mật, đủ những điều kiện và khả năng để đắc chúng. Đơn cử một ví dụ, thời Đức Phật, một vị Tỳ-kheo tên Chu-la-pan thá-ká *(Cūlapanthaka)* không thể nhớ nổi một bài kệ chỉ có 45 mẫu tự, mặc dù vị ấy đã cố học nó trong bốn tuần lễ. Như vậy, để học toàn bộ pháp duyên sanh một cách bao quát sẽ là một công việc bất khả đối với vị ấy. Thế mà vị Tỳ-kheo này đã đắc đạo quả A-la-hán, cùng với thắng trí, tri kiến siêu nhiên nhờ thực hành bài tập thiền do Đức Thế Tôn dạy chỉ trong vòng một buổi sáng!

Tôi muốn nhân cơ hội thuyết bài Kinh Chuyển Pháp Luân này, cảnh cáo những người đa văn ấy không nên đưa ra những lời lẽ quyết đoán có thể làm thối chí và nản lòng những người đang hành thiền hay những người có khuynh hướng muốn hành thiền.

Nếu một người có ý định sống một mình để nỗ lực hành thiền, chắc chắn họ cần phải học một cách bao quát về các uẩn, xứ, giới, Đế, các căn và pháp duyên sanh. Nhưng nếu một người sẽ thực hành dưới sự hướng dẫn của một bậc thầy đa văn, thiện xảo, có giới đức, thì tất cả cái mà họ cần

phải biết, đó là tất cả pháp đều vô thường, phải chịu khổ, và vô ngã. Cũng được xem là đủ nếu người ấy đã học và nghe rằng một phàm nhân bị chi phối bởi hai sự thực hay đế hiệp thế có tương quan nhân quả lẫn nhau, đó là năm uẩn vốn là khổ đế và tham ái vốn là khổ tập đế hay nhân sanh của khổ.

Phần lớn những người Phật tử Miến Điện đã được trang bị kiến thức nhiều đến mức này; tuy nhiên nếu người nào đó không có, họ vẫn có thể học nó, ngay trước khi bắt đầu hành thiền hay trong khoá thiền bằng cách nghe những bài giảng pháp của vị thiền sư. Tất cả cái được đòi hỏi là phải khởi sự việc hành thiền đúng với những chỉ dẫn mà một vị thầy đa văn, thiện xảo, có giới đức và đáng tin cậy đưa ra.

Về vấn đề khởi sự thực hành thiền minh sát như thế nào đã được mô tả trong phần ba của tập sách này. Tóm lại, việc thực hành bao gồm tu tập đạo ở ba giai đoạn: Đạo căn bản, đạo đi trước, và Thánh đạo. Tu tập đầy đủ ba đạo này sẽ đưa đến Niết-Bàn.

Đạo căn bản *(Mūla magga)*, được hình thành từ chánh kiến về nghiệp sở hữu *(kammassakata sammādiṭṭhi)*, giới *(sīla)* và cận định *(upacāra samādhi)* hoặc an chỉ định *(appanā samādhi)* mà chúng tôi đã đề cập đầy đủ ở một phần trước. Về yếu tố thứ nhất, chánh kiến về nghiệp sở hữu, đa số người Phật tử Miến Điện đã được an lập trong đức tin về nghiệp sở hữu này từ khi còn nhỏ. Đối với giới đạo *(sīla magga)*, nếu một hành giả cư sĩ chưa được an lập trong giới, người ấy có thể hoàn tất yếu tố này bằng cách giữ giới ngay trước khi bước vào hành thiền. Vị hành giả Tỳ-kheo sẽ làm cho giới trong sạch bằng

cách sám hối hay thực hiện những thủ tục giải tội nếu vị ấy cảm thấy còn hoài nghi về sự thanh tịnh giới của mình. Còn về định *(samādhi)*, vị hành giả nên hành một đề mục thiền định nào đó, như niệm hơi thở *(ānāpāna)* chẳng hạn, và hành đề mục ấy cho đến khi đắc an chỉ định hoặc cận định. Nếu thời gian và cơ hội không cho phép, hành giả có thể bắt đầu việc thực hành của mình bằng cách quán tứ đại, nhờ phương tiện này hành giả có thể đạt đến sát na định minh sát *(vipassanā khaṇika samādhi)*, một loại định gần giống như cận định. Nói chung định này có thể xua tan các triền cái nhờ vậy mà hành giả thành tựu được sự thanh tịnh của tâm. Đây chỉ là sự mô tả tóm tắt về cách làm thế nào để thiết lập Đạo Căn Bản *(Mūla Magga)*.

TU TẬP ĐẠO ĐI TRƯỚC HAY MINH SÁT ĐẠO

Sau khi tu tập đạo căn bản như đã mô tả ở trên, hành giả khởi sự quan sát thực tại của khổ đế hay gọi cách khác là quán năm thủ uẩn *(upādānakkhandhā)* bằng cách ghi nhận liên tục các hiện tượng thấy, nghe, ngửi, nếm, xúc chạm, suy nghĩ, vào lúc chúng xảy ra. Sự giải thích đầy đủ về các thủ uẩn*(upādānakkhandhā)* cùng với việc không ghi nhận và thấy chúng đúng như thực, dẫn đến sự chấp thủ vào chúng như thường, lạc, ngã, tịnh như thế nào và nhờ chánh niệm, tỉnh giác, thấy ra được bản chất thực của chúng, sự dính mắc này được diệt trừ ra sao đã được đưa ra ở Phần Ba và Phần Bốn của cuốn sách này.

Khi định đã được thiết lập đầy đủ, hành giả trở nên nhận thức rất rõ từng mỗi sự ghi nhận về sự sanh và diệt của danh *(nāma)* và sắc *(rūpa)* cũng như bản chất vô thường, khổ, và vô ngã của chúng. Sự nhận thức này phát triển như thế nào có thể được giải thích như thế này: Trong khi ghi nhận từng hoạt động phồng, xẹp, ngồi, chạm, co, duỗi, nhấc (chân), bước tới, chuyển động, nghỉ, hành giả bắt đầu nhận ra tâm hay biết khác biệt với thân vật lý. Sự phân biệt này là Danh Sắc Phân Tích Trí *(nāmarūpa pariccheda ñāṇa),* nền tảng ban đầu cho sự phát triển các tuệ minh sát *(vipassanā ñāṇa).* Đức Thế Tôn đã mô tả trí này được tu tập như thế nào bằng cách đưa ra ví dụ về một viên ngọc trong Kinh Sa-Môn Quả của Trường Bộ và Kinh *Mahāsakuludāyi* của Trung Bộ[11].

[11] Ví như, này Udayi, một hòn lưu ly bảo châu, đẹp đẽ, trong suốt, có tám mặt, khéo dũa, khéo mài, sáng chói, không uế trược, đầy đủ tất cả mỹ tướng. Và một sợi dây được xâu qua hòn ngọc ấy, sợi dây màu xanh, màu vàng, màu đỏ, màu trắng, hay màu vàng nhạt. Một người có mắt cầm hòn ngọc ấy trên tay sẽ thấy: *"Hòn lưu ly bảo châu này, đẹp đẽ, trong suốt, có tám mặt, khéo dũa, khéo mài, sáng chói, không uế trược, đầy đủ tất cả mỹ tướng. Và sợi dây này được xâu qua hòn ngọc ấy, sợi dây màu xanh, màu vàng, màu đỏ, màu trắng hay màu vàng nhạt"*. Cũng vậy, này Udayi, Ta thuyết giảng con đường tu hành cho các đệ tử. Và các đệ tử của Ta y cứ con đường tu hành này biết được như sau: *"Thân này của ta là sắc pháp, do bốn đại thành, do cha mẹ sanh, nhờ cơm cháo nuôi dưỡng, vô thường, biến hoại, phấn toái, đoạn tuyệt, hoại diệt, trong thân ấy thức ta lại nương tựa và bị trói buộc. Và ở đây, này Udayi, các đệ tử của Ta phần đông an trú, sau khi chứng ngộ nhờ thắng trí và chứng đắc cứu cánh viên mãn."*

DANH KHÁC BIỆT VỚI SẮC
VÍ DỤ VIÊN NGỌC

Có một viên ngọc tên Veluriya, trong viên ngọc ấy một sợi chỉ màu nâu, hay vàng, đỏ, trắng…được xỏ vào, và đặt trên lòng bàn tay để quan sát. Người sáng mắt có thể phân biệt được viên ngọc với sợi chỉ; người ấy có thể thấy rõ sợi chỉ màu gắn vào trong thân viên ngọc. Cũng vậy, người hành thiền có thể phân biệt được tâm hay biết với đối tượng được biết; vị ấy cũng biết tâm (hay thức) hay biết lao về phía đối tượng được biết như thế nào. Trong ví dụ này đối tượng vật chất giống như viên ngọc, tâm hay biết như sợi chỉ. Tâm hay biết này lao về phía đối tượng cũng giống như sợi chỉ gắn vào trong viên ngọc. Sự khác nhau giữa danh *(nāma)* và sắc *(rūpa)* có thể được minh hoạ bằng ví dụ như vậy. Ở đây cần phải thận trọng lưu ý rằng trong ví dụ không đề cập đến có bao nhiêu loại sắc, bao nhiêu loại tâm và tâm sở…liên quan đến cái biết; nó chỉ đề cập việc phân biệt tâm hay biết với đối tượng vật chất được biết mà thôi.

Hơn nữa trong Thanh Tịnh Đạo chúng ta thấy có sự mô tả như sau về việc danh *(nāma)* trở nên hiển hiện đối với vị hành giả đang quán sát: *"Đối với vị hành giả, sau khi đã phân biệt được tính chất của sắc bằng phương pháp này hay phương pháp khác, lúc ấy trong sự tương quan, khi sắc trở nên hoàn toàn rõ rệt, không rối ren và sáng sủa đối với vị ấy, vô- sắc hay danh (nāma) vốn có sắc làm đối tượng cũng tự trở nên rõ rệt và hiển nhiên như vậy.*" Thanh Tịnh Đạo còn nói: *"Chính khi được Danh hỗ trợ, Sắc sanh; chính khi được Sắc hỗ trợ, Danh sanh. Khi Danh có ý muốn ăn, uống, nói*

năng và chọn một oai nghi, thì chính Sắc làm các việc ấy.” Từ những đoạn trích trong Thanh Tịnh Đạo này, rõ ràng chỉ đơn thuần suy nghĩ về các loại danh và sắc khác nhau sẽ không dẫn đến tuệ phân biệt danh sắc hay Danh Sắc Phân Tích Trí *(nāmarūpa pariccheda ñāṇa)* thực thụ. Danh sắc phân tích trí này chỉ phát triển khi tâm hay biết và đối tượng bị biết được nhận thức riêng rẽ trong lúc quán các hiện tượng sanh và diệt của danh và sắc khi chúng xảy ra.

Khả năng để phân biệt danh *(nāma)*, tâm hay biết với sắc *(rūpa)* này tạo thành chánh kiến *(sammādiṭṭhi)*. (Mặc dù đã được học từ sách vở và biết rằng danh, *tâm hay biết*, biệt lập với sắc), song trước khi hành thiền và ở giai đoạn ban đầu của pháp hành, hành giả vẫn không thể phân biệt được tâm hay biết với sắc bằng kinh nghiệm thực tiễn. Chỉ khi Danh Sắc Phân Tích Trí *(nāmarūpa pariccheda ñāṇa)* đã phát triển, sự phân biệt giữa hai yếu tố này mới tự động xảy ra. Khi ghi nhận hiện tượng suy nghĩ hay cảm giác đau, đúng như nó xảy ra, hành giả quán riêng rẽ tâm suy nghĩ và đối tượng hoặc cảm giác đau và vị trí đau trên thân. Sự nhận thức được danh khác với sắc này, là biết thực tại đúng như thực, là chánh kiến. Lúc đó hành giả bắt đầu tin chắc rằng chỉ có thân vật chất và tâm hay biết; ngoài chúng ra, không có cái gọi là linh hồn hay thực thể sống. Đây cũng là biết thực tại đúng như thực, là chánh kiến.

Khi định lực phát triển thêm, trong lúc ghi nhận phồng, xẹp, ngồi, chạm, v.v…, hành giả nhận ra rằng, có xúc chạm là do có thân vật lý để xúc chạm; có cái thấy là do có con mắt và cảnh sắc, nghe do có tai và âm thanh, co (tay,

chân) do có ý muốn co. Vị ấy cũng nhận ra rằng sở dĩ vị ấy không biết được thực tại là do thất niệm, không ghi nhận hiện tượng khi nó xảy ra. Do không ghi nhận hiện tượng khi nó xảy ra, và biết được bản chất thực của chúng, vị ấy phát sanh tâm ưa thích hay tham; rồi từ tham vị ấy phát triển thành chấp thủ. Vị ấy cũng biết rằng khi có sự chấp thủ, vị ấy bắt đầu dự phần vào những hoạt động bằng thân hay lời nói. Những hoạt động bằng thân hay lời nói này tạo ra những quả báo của chúng, quả thiện khi hành động là thiện và quả bất thiện khi hành động là bất thiện. Theo cách này vị ấy có được trí về nhân và quả trong phạm vi những ba-la-mật đã tích tạo trước đó của vị ấy. Đây cũng là trí biết thực tại đúng như thực, là chánh kiến.

Khi định lực tăng trưởng thêm nữa, trong suốt quá trình ghi nhận sự phồng, xẹp, ngồi, chạm, thấy, nghe, suy nghĩ, cảm giác đơ cứng, cảm giác nóng bức, cảm giác đau đớn, vị hành giả quán rõ được sự tập khởi (sanh) của đối tượng cũng như sự diệt của nó, sự bắt đầu và chấm dứt của từng hiện tượng. Bằng kinh nghiệm cá nhân, vị ấy tin chắc rằng mọi hiện tượng đều vô thường, sanh lên và diệt ngay tức khắc. Vị ấy cũng ngộ ra rằng sự sanh và diệt không ngừng này tạo thành cái khổ *(dukkha)* đáng sợ và cái gì không nằm trong quyền kiểm soát và ý muốn của bất kỳ ai, cái đó là vô ngã. Trí này cũng là chánh kiến, biết thực tại đúng như thực.

Khi định lực được phát triển thêm nữa, mặc dù vị hành giả đang ghi nhận những hoạt động phồng, xẹp, ngồi, chạm, co, duỗi, nhấc (chân, tay), di chuyển tới trước, hạ

xuống (chân tay), vị ấy không còn biết đối tượng theo hình dạng khác nhau của chúng, như thân, bụng, chân tay…nữa. Vị ấy chỉ để ý đến hiện tượng diệt đang tiếp diễn nhanh chóng mà thôi. Nhờ nhận ra sự biến diệt nhanh chóng của đối tượng cũng như tâm ghi nhận này mà vị ấy hiểu rõ được bản chất thực sự của vô thường, khổ và vô ngã. Đối tượng của sự hay biết diệt ngay khoảnh khắc nó xuất hiện và do đó không có cái ngã *(atta)* nào để cột sự chấp thủ của một người vào đó. Tâm hay biết cũng diệt nhanh đến nỗi mà không có cái ngã *(atta)* hay thứ gì bám được vào nó. Như vậy, với mỗi sự ghi nhận, trí hiểu biết về bản chất thực của vô thường, khổ và vô ngã cũng được phát triển. Tất cả những điều này tạo thành chánh kiến.

Từ lúc trí phân biệt danh và sắc phát sanh cho đến giai đoạn phát triển chánh kiến minh sát, tâm nhất hướng vào sự nhận thức thực tại đúng như nó là. Điều này tạo thành chánh tư duy. Dĩ nhiên, chánh định cũng dự phần trong đó để giữ cho tâm gắn chặt trên đúng đối tượng và chánh niệm hay biết về nó. Nói chung, trong lúc hành giả chú tâm vào một trong bốn niệm xứ, quán thân, thọ, tâm và pháp, tất cả những điều này có mặt. Và vì vị ấy quán với một sự nỗ lực, do đó cũng có chánh tinh tấn.

Như vậy, bất cứ khi nào hành giả chuyên chú hành thiền, luôn có năm đạo dự phần, ba từ nhóm định: *chánh tinh tấn, chánh niệm, và chánh định* và hai từ nhóm tuệ: *chánh kiến, và chánh tư duy*. Năm đạo này dự phần một cách lô-gích với nhau trong mỗi hành động ghi nhận, tức sự hay biết có chánh niệm. Chú giải đã đặt tên cho chúng là Sở Tác Đạo *(kāraka*

magga). Ngoài ra, cũng có ba đạo thuộc nhóm giới : *chánh ngữ, chánh nghiệp, và chánh mạng* dự phần theo cách giữ cho các giới không bị sứt mẻ và theo cách hoàn thành sự tiết chế.

Và đây là cách những dính líu như vậy xảy ra: hành giả minh sát khởi sự giữ giới thậm chí trước cả lúc vị ấy bắt đầu hành thiền và giữ giới một cách trong sạch. Trong suốt khoá thiền, giới không bị ô nhiễm, tính trong sạch của nó được duy trì. Có thể nói rằng giới trong lúc hành thiền càng lúc càng trở nên trong sạch hơn.

Như vậy với ba giới đạo *(sīla magga)* này cộng thêm năm đạo trước đó, người hành thiền đang phát triển cả thảy tám đạo ở mỗi khoảnh khắc ghi nhận và hay biết các hiện tượng. Đại kinh Sáu xứ *(Mahàsalàyatanika sutta)* của Trung Bộ đưa ra sự mô tả như sau về cách tám đạo được phát triển:

"Này các Tỳ-kheo, khi con mắt (nhãn) được thấy đúng như thực (vào khoảnh khắc ghi nhận), khi cảnh sắc, nhãn thức, nhãn xúc, và thọ khởi lên do duyên nhãn xúc, được thấy đúng như thực, thời không có ưa thích đối với con mắt, cảnh sắc, nhãn thức…Do thấy con mắt, cảnh sắc…đúng như thực và không phát triển ưa thích cũng như chấp thủ đối với chúng. Đối với một người chỉ thấy sự khiếp đảm nơi chúng như vậy, năm thủ uẩn (upādānakkhandhās), lẽ ra đã sanh nếu không ghi nhận, sẽ không có cơ hội để trở thành hiện thực. Tham ái đối với những vật này cũng chấm dứt, bị huỷ diệt.

"Quan kiến của người như vậy là chánh kiến; tư duy của người ấy là chánh tư duy; tinh tấn là chánh tinh tấn; niệm là chánh niệm; định là chánh định. Ngay cả trước khi bắt đầu hành thiền, người ấy đã khéo an lập trong chánh ngữ, chánh nghiệp và chánh mạng. Theo cách này, người hành thiền được an lập trong Bát Thánh Đạo."[12]

---

[12] Bản dịch của HT Minh Châu là: "Này các Tỷ-kheo, thấy và biết như chơn mắt, thấy và biết như chơn các sắc, thấy và biết như chơn nhãn thức, thấy và biết như chơn nhãn xúc. Do duyên nhãn xúc này khởi lên lạc thọ, khổ thọ hay bất khổ bất lạc thọ, thấy và biết như chơn cảm thọ ấy; vị ấy không ái trước đối với con mắt, không ái trước đối với các sắc, không ái trước đối với nhãn thức, không ái trước đối với nhãn xúc. Do duyên nhãn xúc này khởi lên lạc thọ, khổ thọ, hay bất khổ bất lạc thọ; vị ấy không ái trước đối với cảm thọ ấy.

Khi vị ấy trú, quán sát vị ngọt, không bị ái trước, hệ lụy và tham đắm, nên năm thủ uẩn đi đến tàn diệt trong tương lai. Và ái của vị ấy, đưa đến tái sanh, câu hữu với hỷ và tham, tìm sự hoan lạc chỗ này chỗ kia; ái ấy được đoạn tận; những thân ưu não của vị ấy được đoạn tận; những tâm ưu não được đoạn tận; những thân nhiệt não được đoạn tận; những tâm nhiệt não được đoạn tận; những thân khổ não được đoạn tận; những tâm khổ não được đoạn tận; vị ấy cảm thọ thân lạc và tâm lạc.

Kiến gì như chơn của vị ấy, kiến ấy là chánh kiến. Tư duy gì như chơn của vị ấy, tư duy ấy là chánh tư duy. Tinh tấn gì như chơn của vị ấy, tinh tấn ấy là chánh tinh tấn. Niệm gì như chơn của vị ấy, niệm ấy là chánh niệm. Định gì như chơn của vị ấy, định ấy là chánh định. Thân nghiệp, ngữ nghiệp, sinh mạng của vị ấy được thanh tịnh tốt đẹp. Và Thánh đạo Tám ngành này đi đến tu tập và phát triển sung mãn cho vị ấy."

Đây chỉ là một giải thích tóm tắt những lời dạy của Đức Phật về cách Bát Thánh Đạo phát triển khi người hành thiền quán đối tượng ở sát na thấy, bản chất thực của năm pháp có mặt, đó là, con mắt, cảnh sắc, nhãn thức, nhãn xúc, và thọ. Để có một sự mô tả chi tiết hơn, người đọc có thể tham khảo bài kinh 'Đại kinh Sáu Xứ' *(Mahàsalàyatanika sutta)* của Trung Bộ.

Chú giải nói rằng Bát Thánh Đạo được thiết lập ở sát na thành tựu Thánh Đạo *(ariya magga).* Điều này có thể được xem như một hình thức giải thích quá cao. Tuy nhiên, chúng tôi thích chấp nhận quan điểm cho rằng, ở đây thay vì thánh đạo, kinh chỉ muốn nói minh sát đạo *(vipassanā magga)* thôi, vì thánh đạo là cứu cánh phải được thành tựu nhờ hoàn thành minh sát đạo vậy. Cách giải thích của chúng tôi sẽ được thấy là phù hợp với sự kiện rằng trí liên quan đến bản chất thực của con mắt, cảnh sắc, nhãn thức, nhãn xúc và thọ, chỉ đến do hành thiền minh sát. Ngược lại, thánh đạo không lấy con mắt, cảnh sắc,…làm đối tượng của nó; nó chỉ hoàn thành nhiệm vụ biết mà thôi.

Tương tự như vậy, nhờ ghi nhận hiện tượng nghe, ngửi, nếm, xúc chạm, suy nghĩ, năm pháp nổi bật vào lúc xảy ra ấy, có thể được tuệ tri và do đó Bát Thánh Đạo cũng được phát triển.

Từ trước đến đây những gì đã được giải thích đều liên quan đến việc dự phần của giới đạo *(sīla magga),* theo cách giữ cho giới không bị ô nhiễm, vào sát-na thiền minh sát.

SỰ TIẾT CHẾ TRONG LÚC THIỀN MINH SÁT

Đối với những đối tượng danh và sắc mà thực tại của nó được thấy đúng vào sát-na ghi nhận (chúng), sẽ không có cơ hội để phạm tà ngữ, như nói dối…. Ở đây chỉ cần suy xét một lúc về nó quý vị sẽ hiểu ra vấn đề. Đối với một đối tượng mà một người không thích cũng không ghét, sau khi đã thấy được bản chất vô thường, khổ, và vô ngã của nó, thời cần phải nói dối ở chỗ nào? Tương tự, nói lời chia rẽ, nói lời thô ác, nói lời vô ích…, nói chung những tà ngữ, sẽ không có cơ hội phát sanh với đối tượng ấy. Cũng thế, sẽ không có vấn đề phạm những tà hạnh, như sát sanh, trộm cắp, tà dâm, hay phạm vào tà mạng ở đây. Như vậy, mỗi lần thực tại được thấy trong lúc ghi nhận, chánh ngữ theo nghĩa tiết chế tà ngữ, chánh nghiệp theo nghĩa tiết chế tà nghiệp, và chánh mạng theo nghĩa tiết chế tà mạng, được hoàn thành liên quan đến đối tượng đang quán xét. Chính theo cách tiết chế này mà giới đạo, đó là chánh ngữ, chánh nghiệp, và chánh mạng, đã dự phần vào sự phát triển của chánh kiến đạo.

Vì thế, mỗi lần ghi nhận sự phồng, xẹp, ngồi, xúc chạm, suy nghĩ, cảm giác tê cứng, cảm giác nóng, cảm giác đau, thấy, nghe…, chánh kiến đã được phát triển cùng với Bát Thánh Đạo. Trong bốn sự thực (đế) thì khổ đế là pháp cần phải hiểu rõ và hiểu đúng. Khổ đế ở đây là năm thủ uẩn vốn nổi bật tại sáu cửa giác quan ở mỗi khoảnh khắc thấy, nghe, xúc chạm, hay biết…Như vậy, bằng cách ghi nhận từng mỗi hiện tượng xảy ra ở sáu cửa giác quan khổ đế sẽ được hiểu đúng và rõ ràng. Mỗi lần khổ đế được phát triển

bằng cách ghi nhận thấy, nghe…như vậy, Bát Thánh Đạo vốn là pháp phải được tu tập, đã được tu tập.

Có thể nói quán khổ đế bằng cách ghi nhận sự thấy, nghe…là đã phát triển Bát Thánh Đạo. Khổ đế trở nên hiển hiện nhờ ghi nhận thấy, nghe…trong suốt quá trình hành minh sát hay còn gọi ‘đạo đi trước’ *(pubbabhāga magga)* là cảnh sở duyên *(ārammana)*, tức đối tượng phải được hiểu đúng và rõ ràng. Đạo đế *(magga saccā)* phải được tu tập để hiểu rõ khổ đế là cảnh năng duyên *(ārammanika)*, nghĩa là tâm hay biết cảnh phải được khéo tu tập.

Phải hiểu cẩn thận rằng chỉ bằng cách quán khổ đế *(dukkha saccā)* thì mới phát triển được Bát Thánh Đạo. Và chỉ khi hoàn thành minh sát đạo thì mới có thể chứng đắc Niết-Bàn.

Chúng tôi xin lặp lại rằng khổ đế là cảnh sở duyên *(ārammana)*, tức đối tượng phải được biết, và đạo đế là cảnh năng duyên, tức tâm hay biết cảnh. Một sự lập lại như vậy là cần thiết bởi vì có những sự quyết đoán trái ngược với lời dạy của Đức Phật và làm tổn hại đến sự tăng trưởng của Giáo Pháp, cho rằng “quán những đối tượng của khổ như sắc *(rūpa)*, danh *(nāma)*, các hành *(saṅkhāra)*, sẽ chỉ dẫn đến chỗ cảm thấy khổ; phải quán Niết Bàn để thành tựu sự an lạc, hạnh phúc.

TRI KIẾN VỀ TỨ ĐẾ QUA MINH SÁT TRÍ

Nhờ ghi nhận tất cả hiện tượng xảy ra ở sáu căn môn và biết chúng chỉ có bản chất vô thường, khổ và vô ngã là hiểu được khổ đế. Như vậy với mỗi khoảnh khắc ghi nhận, phận sự có được tuệ thể nhập kể như sự liễu giải, hay hiểu biết khổ đế, *pariññāṇa paṭivedha*, đã được hoàn thành.

Sau khi đã thấy được bản chất vô thường, khổ và vô ngã của các hiện tượng bằng cách ghi nhận chúng, cơ hội để sự ưa thích hay tham ái phát sanh đối với các đối tượng danh và sắc sẽ không có. Đây là sự đoạn trừ nhất thời của tham ái, tức tập đế hay sự thực về nguồn gốc của khổ. Như vậy với mỗi khoảnh khắc ghi nhận, phận sự có được tuệ thể nhập kể như sự đoạn trừ (nhân sanh khổ), *pahānapaṭivedha*, đã được hoàn thành. Ở đây tuệ có được không phải bằng việc quán đối tượng mà nó chỉ biết sự kiện đoạn trừ (đang xảy ra) mà thôi.

Với sự diệt của ái, "thủ *(upādāna)*, nghiệp *(kamma)*, hành *(saṇkhāra)*, thức *(viññāṇa)*, và danh-sắc *(nāma rūpa)*" hay gọi cách khác "phiền não luân *(kilesā vatta)*, nghiệp luân *(kamma vatta)* và quả luân *(vipāka vatta)*" vốn sẽ nối theo sau nó, sẽ không có cơ hội phát sanh. Tạm thời chúng bị kiềm chế. Đây là Niết Bàn tạm thời hay gọi cách khác là sự diệt *(nirodha)* tạm thời, được thành tựu bằng phương tiện minh sát. Như vậy minh sát trí *(vipassanā ñāṇa)* được phát triển bằng sự diệt tạm thời cũng tương tợ như sự chứng ngộ bằng Thánh đạo. Tất nhiên không phải do quan sát trực tiếp đối tượng mà sự thành tựu này xảy ra mà nó chỉ là một sự hoàn thành việc

diệt tạm thời ở mỗi khoảnh khắc ghi nhận mà thôi. Đây gọi là có được tuệ thể nhập kể như sự chứng ngộ, *sacchikirriya paṭivedha,* hay biết về nó bằng minh sát.

Với mỗi hành động quan sát, Bát Thánh Đạo có chánh kiến minh sát dẫn đầu sẽ phát triển bên trong tự thân người hành thiền. Đây gọi là có được tuệ thể nhập kể như sự tu tập *(bhāvanāpaṭivedha).* Tuy nhiên, trí này không xảy ra do quan sát trực tiếp; vì nó là kinh nghiệm cá nhân, sự suy quán sẽ tỏ lộ cho thấy rằng sự phát triển hay tu tập đã xảy ra trong tự thân vậy thôi.

Vì thế, như đã giải thích ở trên, ở mỗi khoảnh khắc ghi nhận và hay biết, khổ đế đã được hiểu biết đúng đắn và rõ ràng; đây là tuệ thể nhập kể như sự liễu giải *(pariññāṇa paṭivedha.* Tập đế được kiềm chế tạm thời; đây là tuệ thể nhập kể như sự đoạn trừ *(pahānapaṭivedha),* tức sự hoàn thành của tuệ do sự đoạn trừ. Sự diệt *(nirodha)* tạm thời được chứng ngộ qua sự diệt; đây là tuệ thể nhập kể như sự chứng ngộ *(sacchikirriya paṭivedha).*Và minh sát đạo được tu tập, đây là *bhāvanā paṭivedha,* tuệ thể nhập do tu tập. Như vậy cả bốn đế đã được bao hàm ở mỗi khoảnh khắc ghi nhận: khổ đế bằng sự quan sát đối tượng; tập đế, diệt đế, và đạo đế được hoàn thành bằng sự từ bỏ, chứng ngộ, và tu tập.

Theo cách này, minh sát đạo tuệ tri tứ đế đúng như nó phải được tuệ tri, và khi nó chín muồi và hoàn thành viên mãn, thánh đạo *(ariya magga)* sẽ xuất hiện và Niết Bàn được chứng đắc. Vào sát-na đạo xuất hiện, thánh đạo có chánh kiến dẫn đầu được thiết lập đầy đủ. Thánh đạo xuất hiện chỉ

một lần duy nhất. Nhờ sự xuất hiện, dù chỉ một lần ấy, nó hoàn thành các phận sự đoạn trừ phiền não, tức là tuyệt diệt những phiền não cần phải được tuyệt diệt, tập đế *(samudaya saccā)*; tuệ tri khổ đế; và cũng làm phận sự tu tập đạo đế. Có thể nói, theo cách này, chánh kiến thuộc thánh đạo tuệ tri tứ đế cùng một lúc.

TỨ ĐẾ ĐƯỢC TUỆ TRI BẰNG THÁNH ĐẠO CÙNG MỘT LÚC NHƯ THẾ NÀO?

Đây là cách nó xảy ra: khi diệt đế *(nirodha saccā)* hay gọi cách khác là Niết Bàn Tịch Tịnh được tuệ tri qua sự chứng đắc thực sự, phận sự tuệ tri khổ đế được hoàn thành nhờ nhận ra rằng danh- sắc và các hành, vốn sanh và diệt không ngừng, quả thực là khổ. Sau khi đã nhận ra chúng như chỉ là sự thể hiện của khổ, người hành thiền sẽ không còn thích thú, tham ái hay chấp thủ gì với chúng nữa.

Sự đoạn trừ ái *(taṇhā)* xảy ra ở bốn giai đoạn: nhờ đạt đến sơ đạo *(tu-đà-hoàn đạo)*, tham ái *(taṇhā)* vốn sẽ đưa đến các cõi khổ *(địa ngục, ngạ quỷ,…)* và tham ái sẽ khiến cho phải tái sanh hơn bảy lần trong các cõi vui dục giới *(sugati: cõi trời và cõi người…)*, không thể phát sanh. Nhờ nhị đạo *(tư-đà-hàm đạo)*, những hình thức thô hơn của ái dục và ái vốn sẽ khiến cho phải tái sanh hơn hai lần trong cõi vui dục giới được loại trừ. Tam đạo *(a-na-hàm đạo)* diệt những hình thức vi tế hơn của ái. Nhờ tứ đạo *(A-la-hán đạo)*, ái sắc *(rūpa rāga)* và ái vô sắc *(arūpa rāga)* hay gọi cách khác là khát ái đối với hiện hữu không thể phát sanh. Ở đây cần phải ghi nhớ rằng tham ái đối với sự hiện hữu *(hữu ái)* dù vẫn còn trong những người ở địa vị a-na-

hàm *(thánh bất lai)* nhưng không đi kèm với thường kiến *(sassata diṭṭhi).*

Sự không sanh khởi của ái này đồng nghĩa với sự hoàn thành của tuệ thể nhập theo cách đoạn trừ. Đối với các thánh đạo, vì chúng được kinh nghiệm trong tự thân mỗi người, nên sự tuệ tri được hoàn thành theo cách tu tập. Vì lẽ đó, chú giải nói rằng: *"Đối với ba đế, khổ (dukkha), tập (samudaya) và đạo (magga), sự tuệ tri được hoàn thành lần lượt bằng liễu tri (pariññā), đoạn trừ (pahāna), và tu tập (bhāvanā)."*

Như đã giải thích ở trên, thánh đạo trí *(ariyamagga ñāṇa),* do tuệ tri diệt đế *(nirodha saccā)* bằng cách chứng ngộ (Niết-Bàn), sẽ hoàn thành phận sự tuệ tri ba đế còn lại. Cũng vậy, minh sát trí *(vipassanā ñāṇa),* do quán và tuệ tri khổ đế, cũng sẽ hoàn thành phận sự tuệ tri ba đế còn lại.

Chúng tôi xin tóm tắt lại điều này như sau:

1. *Khi đạo (magga) thấy một trong bốn đế.*
2. *Nó hoàn thành phận sự tuệ tri cả bốn (đế), (Tuệ thể nhập đối với cả bốn đế được thiết lập.)*

Khi minh sát đạo *(vipassanā magga)*, đã được tu tập để quán và tuệ tri khổ đế, trở nên đủ mạnh, tám thánh đạo sẽ được thiết lập và lao vào Niết-Bàn giới *(Nibbānic dhātu)*, ở đây tất cả khổ liên quan đến các hành danh và sắc thuộc đối tượng cũng như tất cả khổ liên quan đến các hành của tâm hay biết, diệt.

1. *Với sự diệt của ái có sự diệt của khổ.*

2. Và Chánh Đạo chứng ngộ sự diệt này.

Sự diệt của ái được kèm theo bởi sự diệt của tất cả khổ trong ngũ uẩn. Do đó, vào sát-na Thánh Đạo được thiết lập, đối tượng của sự quán không chỉ là sự diệt của ái mà còn là sự diệt của tất cả khổ trong ngũ uẩn nữa. Những gì được hàm ý trong lời dạy 'về sự diệt của ái' phải được hiểu như bao gồm luôn "sự diệt của tất cả khổ thuộc các hành *(saṅkhāra)*", bởi vì chỉ có "sự diệt của tất cả khổ thuộc các hành" mới tạo thành Niết-Bàn đích thực, diệt khổ thánh đế. Do đó, Niết-Bàn đã được định nghĩa như là sự diệt của tất cả hành *(saṅkhāras)*. Như vậy sự thiết lập của Thánh Đạo rõ ràng chỉ theo nghĩa đã đạt đến giai đoạn ở đây tất cả danh *(nāma)*, sắc *(rūpa)* và các hành *(saṅkhāra)* ngưng hiện hữu, trở thành không mà thôi.

MINH SÁT CŨNG LÀ MỘT THÀNH PHẦN CỦA NIRODHAGĀMINI PAṬIPADĀ

Bởi vì Thánh Đạo dẫn đến sự diệt của tất cả khổ thuộc các hành *(saṇkhāra)*, nên nó được đặt cho một cái tên đầy đủ là *"dukkha nirodhā gāmini paṭipadā ariya saccā"*, thánh đế về con đường dẫn đến sự diệt của khổ (đạo diệt khổ thánh đế). Nhưng không có minh sát đạo *(vipassanā magga)*, một mình thánh đạo không thể đạt đến Niết-Bàn ở đây tất cả khổ chấm dứt được. Phù hợp với các ba-la-mật trước đó của một người, và chỉ sau khi họ đã hành minh sát nhiều lần, nhiều giờ, nhiều ngày, nhiều tháng, với sức đẩy của minh sát này, thánh đạo xuất hiện như thể nó nổi lên từ chính minh sát đạo vậy. Chính vì lý do này mà minh sát đạo được gọi là đạo đi

trước *(pubbabhāga magga)*, và thánh đạo phải được xem như mục đích tối hậu. Mặc dù Đaọ được nhìn như thể gồm hai phần, đạo đi trước và mục đich tối hậu, song sự phát triển của nó xảy ra như một tiến trình liên tục của sự nỗ lực. Vì vậy, chú giải *Sammohavinodani* nói rằng minh sát đạo phải được xem như một phần tử cấu thành căn bản của *nirodhagāmini paṭipadā* (con đường dẫn đến sự diệt): "Tám đạo đã nói là thánh đạo siêu thế *(ariya magga)* với tám phần tử cấu thành. Thánh đạo này cùng với minh sát đạo hiệp thế phải được kể như (tạo thành) *"dukkha nirodhā gāmini paṭipadā ariya saccā"*, thánh đế về con đường dẫn đến sự diệt của khổ hay đạo diệt khổ thánh đế."

Những gì hàm ý ở đây là: Mặc dù đạo đế trong bốn thánh đế là một đạo siêu thế, song nó không thể sanh một mình mà không có minh sát đạo hay gọi cách khác là đạo đi trước *(pubbabhāga magga)*. Chỉ sau khi đã tu tập minh sát đạo và khi minh sát trí *(vipassanā ñāṇa)* được hoàn thành đầy đủ thì thánh đạo mới xuất hiện. Do đó thánh đạo cùng với minh sát đạo đi trước vốn phải được tu tập như bước khởi đầu, được gọi là *dukkha nirodhā gāmini paṭipadā*, đạo diệt khổ.

<u>Tóm Tắt:</u>

1. *Ba thánh đạo, căn bản (mūla), đi trước (pubba), thánh (ariya) đạo.*

2. Tu tập chúng dẫn thẳng đến Niết-Bàn.

(Dứt phần VI của bài Kinh Chuyển Pháp Luân)

ĐẠI KINH CHUYỂN PHÁP LUÂN

PHẦN VII

Ở phần VI chúng tôi đã đề cập đến Đạo Đế *(Magga Saccā)*. Trong phần VII này chúng tôi sẽ tiếp tục xét đến ***sự thực trí*** *(saccā ñāṇa)*, trí biết rằng đó là sự thực (đế); ***phận sự trí*** *(kicca ñāṇa)*, tức trí biết rằng một phận sự liên quan đến sự thực hay đế này đã được thực hiện.

SỰ THỰC TRÍ ĐỐI VỚI KHỔ ĐẾ

Idaṃ dukkhaṃ ariyasaccanti me, bhikkhave, pubbe ananussutesu dhammesu cakkhuṃ udapādi, ñāṇaṃ udapādi, paññā udapādi, vijjā udapādi, āloko udapādi.

"Đây là thánh đế về khổ hay đây là sự thực về khổ mà các bậc Thánh phải liễu tri. Như vậy này các Tỳ-kheo, đối với các pháp (ta) chưa từng được nghe trước đây, nhãn đã sanh khởi nơi ta, trí đã sanh khởi nơi ta, tuệ đã sanh khởi nơi ta, minh đã sanh khởi nơi ta, quang đã sanh khởi nơi ta."

Đây là cách trí biết rằng đó là sự thực (đế) phát sanh đối với khổ đế. Ở một phần trước, chúng tôi đã liệt kê khổ đế như sanh là khổ, già là khổ…rồi. Ở đây chúng tôi sẽ chỉ lập lại một ít để làm cho nó sáng tỏ hơn mà thôi. Chữ 'Đây' trong câu 'Đây là khổ đế' muốn nói tới các loại khổ khác nhau bắt đầu với sanh *(jāti)* và chấm dứt với các thủ uẩn

(upādānakkhandhās). Mục quan trọng ở đây là 'Thủ Uẩn' mà phần lớn mọi người đều hiểu như đã học từ kinh sách. Rất ít người hiểu được nó như một kinh nghiệm tự thân, và dĩ nhiên đây là điều chính yếu phải làm. Chúng tôi sẽ lượt qua điều này trở lại để chỉ ra cách làm thế nào để có thể hiểu được Thủ Uẩn như một kinh nghiệm tự thân.

Bất cứ cái gì trở nên nổi bật ở ngay sát-na thấy, nghe, ngửi, nếm, xúc chạm, suy nghĩ, đều tạo thành thủ uẩn *(upādānakkhandhās)*. Các bậc thánh chỉ thấy cái khổ đáng sợ trong những đối tượng này; trong khi phàm phu nhìn chúng theo cách khác. Phàm phu không xem chúng như sự thể hiện của phiền não và khổ, mà như khả lạc và tốt đẹp. Họ nghĩ đó là niềm vui khi được thấy những cảnh đẹp, nghe những tiếng nói ngọt ngào, ấn tượng, ngửi những mùi thơm, nếm những thức ăn ngon và thọ hưởng những cảm giác thú vị của sự xúc chạm…Những chúng sanh ở cõi dục xem cảm giác xúc chạm là điều thú vị nhất. Chìm đắm trong những hình ảnh tưởng tượng và mơ mộng cũng là một niềm vui đối với họ. Sẽ là một điều khủng khiếp đối với họ và là một sự mất mát lớn nếu mọi thứ kể cả những mơ mộng của họ đột ngột biến mất. Thực sự thì tất cả những gì được thấy, được nghe…ấy đều là các thủ uẩn *(upādānakkhandhās)*, hay khổ đế. Thiền minh sát được thực hành nhằm làm cho người ta hiểu được sự thực của khổ này, bằng cách nhận thức rõ bản chất vô thường…đáng sợ và đích thực, do sự sanh và diệt không ngừng của chúng.

Đối với Đức Phật, sau khi hoàn thành viên mãn minh sát đạo, ngài đã thấy được sự tịnh lạc cao quý nhất, đó là

Niết-Bàn, nhờ đắc A-la-hán thánh đạo trí *(Arahatta magga ñāṇa).* Và sau khi chứng ngộ Niết-Bàn, ngài thấy chỉ có khổ trong các thủ uẩn *(upādānakkhandhās).* Sự nhận thức này đã đến với ngài, không phải do nghe từ người khác, không phải do những pháp hành mà ngài đã học từ các vị đạo sĩ Āḷāra và Udaka. Điều này xảy ra nhờ kinh nghiệm trực tiếp của tự thân sau khi ngài đã phát triển Bát Thánh Đạo. Đó là lý do tại sao ngài tuyên bố: *"Đối với các pháp chưa từng được nghe trước đây, nhãn đã khởi lên trong ta..."*

Với những lời này ngài cũng tự xưng rằng mình quả thực đã trở thành một bậc Chánh Đẳng Giác *(Sammā Sambudha),* bậc đã tự mình đi tìm và thấy được chân lý nhờ sự tự chứng và trực giác trí, không do bất kỳ nguồn hướng dẫn hay chỉ dạy nào trợ giúp. Một lời tuyên bố công khai như vậy thực sự là cần thiết. Thời bấy giờ, những hình thức khổ hạnh như nhịn ăn…mà tín đồ của phái Ni-kiền-tử *(Nigandas)* thực hành, được người ta kính trọng như một pháp hành cao quý và thiêng liêng. Chính nhóm năm vị Kiều Trần Như trước đó cũng có ấn tượng cho rằng nó là như vậy. Chỉ khi Đức Phật tuyên bố công khai rằng "ngài đã phát hiện ra pháp hành và có được tri kiến này, không phải do nghe người khác, cũng không phải do suy đoán, hay suy luận, mà bằng sự tự chứng của ngài, bằng kinh nghiệm cá nhân và trực giác trí của ngài," lúc đó những người nghe mới tin chắc là ngài đã đạt được sự giác ngộ tối cao, đã trở thành một vị Phật (bậc Giác Ngộ) đích thực.

Có được trực giác trí không cần sự trợ giúp bên ngoài là lĩnh vực độc nhất của chư Phật Chánh Đẳng Giác và Độc

Giác. Các vị đệ tử Phật đạt đến giai đoạn giác ngộ và tri kiến như vậy là nhờ nghe những lời dạy của Đức Phật và trau dồi chúng qua pháp hành. Ngày nay cũng thế, nếu có nguyện vọng, người ta có thể đắc trực giác trí ấy bằng cách phát triển chúng qua pháp hành hợp theo những lời dạy của Đức Phật lưu giữ trong Kinh Điển như Kinh Đại Niệm Xứ … chẳng hạn. Như vậy, nhờ thực hành theo sự chỉ dẫn trong Kinh, các thủ uẩn sẽ được thấy đúng như thực, đó là, chỉ có khổ. Ngoài ra, lời tuyên bố của Đức Phật lúc ấy cũng có ý định khích lệ nhóm năm vị Kiều Trần Như ra sức nỗ lực để thấy được bản chất thực của các thủ uẩn.

Trong lời tuyên bố của Đức Phật vừa nói ở trên, sự phát triển của tri kiến siêu nhiên đã được mô tả như 'nhãn đã khởi lên, trí đã khởi lên, tuệ đã khởi lên, minh đã khởi lên, ánh sáng đã khởi lên', ở đây năm sự mô tả đã được đưa ra cho một hình thức tri kiến duy nhất. Chú giải Tương Ưng Kinh nói rằng: "nhãn, trí, tuệ,…là những từ đồng nghĩa và muốn nói đến cùng một sự việc, đó là tri kiến. Do khả năng thấy, nên tri kiến được gọi là nhãn; do khả năng biết, nên nó được gọi là trí; do khả năng biết theo phép phân tích trên nhiều phương diện hay nhiều cách khác nhau, nó được gọi là tuệ; do khả năng biết một cách thấu suốt, nên nó được gọi là minh; do khả năng toả ra ánh sáng, nên nó được gọi là quang."

Vô Ngại Giải Đạo *(Paṭisambhidā magga)* giải thích những từ này giống như nhau. Từ ***cakkhu*** trong Pāḷi truyền đạt ý niệm thấy, vì thế mà gọi là nhãn. Những từ Pāḷi khác đã được dùng vì mục đích truyền đạt ý nghĩa hay khái niệm

mong muốn cho những thính chúng khác nhau. Vì vậy, để mô tả tri kiến thấy một cách rõ ràng như thể với con mắt vật lý, nó được gọi là nhãn. Chú giải đưa ra một ví dụ để minh hoạ, một người kia bị mù nhiều năm, nay phục hồi thị lực nhờ dùng đúng thuốc hay nhờ một chuyên gia về mắt phẫu thuật. Trước khi điều trị, anh ta không thấy gì hết; bây giờ anh ta thấy mọi thứ một cách rõ ràng. Cũng vậy, trước khi người hành thiền phát triển được minh sát trí hay thánh đạo trí, người ấy vẫn ở dưới ảo tưởng cho rằng năm thủ uẩn, tiêu biểu cho sự khổ, là tốt đẹp và vừa ý. Nhưng khi, nhờ ghi nhận với chánh niệm liên tục vào lúc thấy, nghe,… minh sát trí trở nên mạnh mẽ, người hành thiền nhận thức một cách rõ ràng rằng các hiện tượng thấy, nghe, hay gọi cách khác là các thủ uẩn *(upādānakkhandhās)*, thực sự là cái khổ đáng sợ do bản chất sanh diệt không ngừng của chúng. Điều này cũng giống như phục hồi được thị lực sau một thời gian bị mù. Với sự phát triển của thánh đạo trí *(ariya magga ñāṇa)*, sự nhận thức của vị ấy về bản chất đích thực của khổ thậm chí sẽ nhạy bén hơn nữa. Như vậy, bởi vì nó thấy rõ như thể (thấy) bằng con mắt, tri kiến này được gọi là nhãn.

Liên quan đến 'trí đã sanh khởi' *(ñāṇaṃ udapādi)*; ***ñāṇa*** là một từ Pāḷi mang nghĩa biết. Còn về 'tuệ đã sanh khởi' *(paññā udapādi)*, Vô Ngại Giải Đạo *(Paṭisambhidā magga)* nói rằng paññā là một từ Pāḷi mang nghĩa biết theo phép phân tích trên nhiều phương diện hay nhiều cách khác nhau. Đối với pháp hành minh sát, trong lúc đang ghi nhận phồng, xẹp,…danh và sắc được thấy tách rời nhau như sự chuyển động và tâm biết. Người không quen không thể kinh ngiệm được sự khác biệt này trong con người của họ.

Người hành thiền cũng có thể phân biệt được nhân và quả, đó là biết sự sanh mới khác với sự diệt của nó. Vị ấy biết rằng, do sự sanh và diệt không ngừng mà các uẩn (được xem) là vô thường, khổ; và chúng tự sanh, tự diệt, không chịu sự kiểm soát của bất kỳ ai, nên chúng không có tự ngã, không có thực chất (vô ngã). Cái biết của vị ấy không phải là cái biết mơ hồ, lờ mờ, không rõ rệt, mà là một sự hiểu biết rõ rệt, xác định như nhìn một vật trong lòng bàn tay mình vậy. Sự hiểu biết như vậy được mô tả như cái biết theo phép phân tích trên nhiều phương diện khác nhau, hay cái biết của tuệ *(paññā)*.

Trong *'Vijjā udapādi'* (minh đã sanh khởi), vijjā là một từ Pāḷi có nghĩa là sự thấu suốt (minh). Không nên lầm lẫn từ này với từ *'vijjadhāra'* chú thuật sư (咒術師), một người thành thạo trong các chú thuật *(mantras)*, được mô tả trong các cuốn sách như người có khả năng bay qua hư không. Ở đây *Vijjā* không biểu thị một con người mà muốn nói tới khả năng thấu suốt, vì vậy gọi là minh.

Có thể nói minh là một trạng thái vi tế, khó hiểu. Ở đây, chúng tôi phải liên hệ lại một trường hợp đã xảy ra khá lâu. Trong một buổi luận pháp giữa chúng tôi với vị Sayādaw trưởng làng, chúng tôi có thông báo cho vị ấy biết rằng tuệ *(paññā)* đã sanh khởi trong lúc ghi nhận hiện tượng sanh và diệt vào sát-na sanh khởi của nó. Vị Sayādaw không chấp nhận loại nhận thức ấy là tuệ (*paññā)*. Ngài cho rằng tuệ là cái thấu suốt; chỉ khi biết một cách thấu suốt mới gọi là tuệ *(paññā)*. Khi chúng tôi hỏi cách làm thế nào để một người

tạo ra 'cái biết thấu suốt', ngài ngập ngừng một lát, rồi nói, "À,biết một cách thấu suốt là biết một cách thấu suốt."

"Biết một cách thấu suốt xuất phát từ chữ *'paṭivedha'*, một từ Pāḷi có nghĩa là thông đạt (通達). Nó hơi giống như *'sambodhāya'* (chánh giác), như đã giải thích ở Phần Hai của cuốn sách này. Bị che lấp bởi một bức màn hay một bức tường, các vật đằng sau đó không thể thấy được. Nhưng khi chọc một cái lỗ trên bức màn hay mở một cánh cửa sổ trên bức tường, thì nhờ những khe hở này các vật trở nên rõ rệt để có thể thấy được. Cũng vậy, trí này chọc thủng qua bức màn vô minh *(moha).* Thoạt tiên, do vô minh che đậy, những gì được thấy, nghe,…không được thấy hay biết như vô thường, khổ, và vô ngã; người ta tin chúng là thường *(nicca),* lạc *(sukha),* và hữu ngã *(atta).* Đây là vô minh, và si mê. Khi minh sát trí *(vipassanā ñāṇa)* trở nên mạnh mẽ, tri kiến rõ ràng sanh khởi như thể bức màn vô minh đã bị chọc thủng. Sự nhận thức như vậy được gọi là biết một cách thấu suốt hay minh. Đức Thế Tôn đã tuyên bố rằng minh đã sanh khởi nơi ngài.

Về "quang đã sanh khởi" *(aloko udapādi)* , theo Vô Ngại Giải Đạo *(Paṭisambhidā magga),* aloko hay quang chỉ là một từ được dùng để biểu thị sự thắp sáng, hay làm cho sáng lên. Ở đây, quang không chỉ có nghĩa là ánh sáng bình thường được thấy bằng con mắt. Nó muốn nói đến tri kiến biện biệt mọi hiện tượng một cách rõ ràng, minh bạch. Trước đây, bản chất thực của vô thường, khổ, vô ngã không được thấy và biết do chúng bị bóng tối che phủ. Khi minh sát trí *(vipassanā ñāṇa)* và thánh đạo trí *(magga ñāṇa)* phát triển, bản chất thực của chúng

trở nên rõ ràng. Do đó sự nhận thức như vậy được mô tả như "quang sanh hay ánh sáng đã sanh khởi" theo phép ẩn dụ.

Từ một hình thức tri kiến phi thường đã được mô tả theo năm cách "nhãn, trí, tuệ, minh, và quang" như vậy là cốt để làm cho người nghe dễ hiểu hơn mà thôi. Có thể nói đây là lời dạy đã được trù định để đáp ứng những yêu cầu của người nghe. Nó cũng giống như đôi khi chúng ta phải dùng hai hay ba từ đồng nghĩa trong vị trí của một từ để cho thính chúng có thể nắm bắt được ý nghĩa của những gì chúng ta muốn nói vậy.

Những từ Pāḷi và ý nghĩa của chúng chúng tôi đã giải thích ở trên đều liên quan đến Sự Thực Trí *(saccā ñāṇa).* Như vậy, đến đây chúng tôi đã đề cập đầy đủ về Sự thực trí. Bây giờ chúng tôi sẽ tiếp tục nói đến nhiệm vụ của nó, vốn phải được hoàn thành liên quan đến khổ đế.

PHẬN SỰ TRÍ ĐỐI VỚI KHỔ ĐẾ

'Taṃ kho panidaṃ dukkhaṃ ariyasaccaṃ pariññeyya' nti me, bhikkhave, pubbe ananussutesu dhammesu cakkhuṃ udapādi, ñāṇaṃ udapādi, paññā udapādi, vijjā udapādi, āloko udapādi.

"Đây là Thánh đế về Khổ cần phải được liễu tri." Như vậy, này các Tỳ-kheo, đối với các pháp từ trước Ta chưa từng được nghe, nhãn đã sanh khởi nơi ta, trí đã sanh khởi nơi ta, tuệ đã sanh khởi nơi ta, minh đã sanh khởi nơi ta, quang đã sanh khởi nơi ta."

Đây là cách tri kiến đã sanh khởi liên quan đến những gì cần phải làm đối với Khổ đế. Cần lưu ý cẩn thận là nhiệm vụ phải được thực hiện đối với (Khổ) Đế này là ***tuệ tri nó, liễu tri nó.*** Đối với người hành thiền thiết tha đạt đến Thánh Đạo, Thánh Quả và Niết Bàn, phận sự của vị ấy là phải cố gắng nắm bắt khổ đế một cách đúng đắn và rõ ràng, đó là, vị ấy phải hiểu rõ từng thành phần riêng biệt của đế này bắt đầu từ sanh *(Jāti)* cho đến chấp thủ năm uẩn *(upādānakkhandhā)*.

Trong những phần tử cấu thành của khổ đế, như sanh là khổ,…, yếu tố chủ chốt là năm thủ uẩn. Nhờ biết rõ năm thủ uẩn này đúng như chúng thực sự là, công việc tuệ tri khổ đế kể như đã hoàn tất. Do đó, *Mahāvagga Saccā Saṃyutta (Tương Ưng Sự Thực thuộc Đại Phẩm)* nói rằng: *"Thế nào, này các Tỳ-kheo, là khổ đế? Điều đó phải được trả lời rằng năm thủ uẩn tạo thành khổ đế."*

Năm thủ uẩn đã được chúng tôi giải thích chi tiết ở phần bốn của cuốn sách này. Phàm những gì xuất hiện ở sáu cửa giác quan, vào lúc thấy, nghe,…đều tạo thành năm thủ uẩn. Điều này sẽ trở thành kinh nghiệm tự thân bằng cách ghi nhận từng hiện tượng xuất hiện ở sáu cửa giác quan khi nó xảy ra. Nhờ những nỗ lực (ghi nhận) này tính chất thô, cứng, mịn, nhẹ của địa đại *(pathavi dhātu)* sẽ được tự thân kinh nghiệm, cũng vậy, tính chất kết dính, lưu chảy, và ẩm ướt của thuỷ đại *(āpo dhātu)*; nóng, lạnh và ấm của hoả đại *(tejo dhātu)*, sự đơ cứng, sức ép và chuyển động của phong đại *(vāyo dhātu)* sẽ được tự thân kinh nghiệm. Tất cả những tính chất này phải được hiểu biết một cách chính xác và riêng biệt bằng kinh nghiệm tự thân. Điều này có tác động như thế

nào đã được giải thích đầy đủ ở trước. Một cách ngắn gọn là nó tạo ra một sự chú tâm cao độ vào những cảm giác xúc chạm vốn trở nên rõ rệt ở bất kỳ nơi nào trên thân hành giả. Lúc đó, một trong bốn đại sẽ thông báo sự hiện hữu của nó qua những đặc tính nội tại hay đặc tính riêng của nó.

Sau khi đã biết rõ bốn đại, nhờ ghi nhận thấy, nghe,…căn vật lý mà sự thấy, nghe…dựa vào đó, những đối tượng (trần cảnh) sắc, thinh,.. và thức uẩn cùng với các tâm sở đồng sanh của chúng sẽ trở nên rõ rệt. Ở mỗi sát-na ghi nhận hiện tượng "phồng, xẹp, ngồi, xúc chạm, hay biết, cảm giác đơ cứng, cảm giác nóng, cảm giác đau; thấy, nghe,…" người hành thiền tự thân nhận thức được sự sanh mới liền theo sau bởi sự diệt tức thời của cả hai: đối tượng của sự hay biết cũng như tâm ghi nhận. Như vậy, người hành thiền biết dứt khoát rằng nó là vô thường *(hutvā abhāvato aniccā)* bởi vì nó diệt liền mỗi khi sanh; vị ấy cũng biết rằng nó là cái khổ đáng sợ *(udayabbya patipilanatthena dukkhā)*, bởi vì nó bị bức bách bởi sự sanh và diệt không ngừng; vị ấy biết rằng nó không phải tự ngã *(avasa vattanatthena anattā)* để tuân theo sự kiểm soát, vì nó xảy ra theo đường lối tự nhiên của nó, không tuân theo ý muốn của ai. Có được kinh nghiệm tự thân nhờ quan sát liên tục hiện tượng sanh và diệt và ghi nhận các đặc tính vô thường, khổ và vô ngã theo cách này là biến tri khổ đế (*pariññeyya —what should be known accurately*, 所遍知, *sở biến tri*).

Đức Thế Tôn đã đạt đến sự chứng ngộ, không phải do nghe người nào khác nói rằng khổ đế hay các thủ uẩn vốn thực sự sanh và diệt, phải được tuệ tri, hay phải được hiểu

biết một cách đúng đắn và chính xác. Chính vì vậy ngài mới tuyên bố *'pubbe ananussutesu dhammesu cakkhuṃ udapādi, ñāṇaṃ udapādi, paññā udapādi, vijjā udapādi, āloko udapādi.'*(đối với các pháp từ trước Ta chưa từng được nghe, nhãn đã sanh khởi nơi ta, trí đã sanh khởi nơi ta, tuệ đã sanh khởi nơi ta, minh đã sanh khởi nơi ta, quang đã sanh khởi nơi ta.) Và về sau, sự chứng ngộ chỉ xảy ra sau khi nghe pháp từ Đức Phật hay từ các vị đệ tử khác của Đức Phật. Mặc dù lời tuyên bố trong Kinh Chuển Pháp Luân dứt khoát rằng khổ đế phải được biến tri (hiểu biết một cách đúng đắn, và rõ ràng), một số người vẫn xem việc hiểu rõ khổ đế hay các thủ uẩn bằng cách ghi nhận hiện tượng sanh và diệt đang thực sự xảy ra là điều không cần thiết. Họ cho rằng chỉ cần nghe nói về Danh và Sắc cũng như về tính chất vô thường, khổ, và vô ngã của chúng là đủ để đáp ứng mục đích rồi. Chúng tôi thực sự lấy làm buồn và đáng tiếc cho những người này.

Như vậy, Phận Sự Trí *(Kicca Ñāṇa)* là sự nhận thức được rằng khổ đế hay gọi cách khác là năm thủ uẩn phải được tuệ tri qua sự quan sát của tự thân. Nó biết phận sự nào phải được thực hiện đối với khổ đế. Sự nhận thức này đến trước sự chứng đắc thánh đạo. Thậm chí trước khi một hành giả bắt đầu hành thiền, vị ấy cũng phải ý thức được rằng mình phải biết rõ tính chất vô thường, khổ, và vô ngã bằng cách ghi nhận mỗi khi thấy, nghe, ngửi, nếm, xúc chạm, suy nghĩ,…Trong khi thực hành minh sát, vị ấy cũng phải biết về công việc này nữa. Chỉ lúc đó vị ấy mới có thể dành hết sự chú tâm vào sự sanh và diệt của các thủ uẩn *(upādānakkhandhā)* và phát triển minh sát trí một cách toàn diện. Các đệ tử của tôi, những hành giả Tứ Niệm Xứ, đã hoàn thành nhiệm vụ

mà Phận Sự Trí *(kicca ñāṇa)* này đòi hỏi từ lúc nhận sự hướng dẫn của chúng tôi về phương cách hành thiền, sau khi đã học để biết rằng bất cứ những gì xuất hiện vào khoảnh khắc thấy, nghe,…phải được chi nhận một cách cẩn thận. Trong khi ghi nhận, cho dù mới đầu hành giả không biết phải ghi nhận cái gì, song chẳng bao lâu vị ấy cũng biết được là phải quan sát cái gì. Sự phân biệt này là phận sự trí, tức trí biết nhiệm vụ phải thực hiện.

Sở dĩ chúng tôi dành nhiều thời gian để nói về 'phận sự trí' này bởi vì chúng tôi nghĩ biết được ý nghĩa của nó thực sự rất quan trọng. Bây giờ chúng tôi sẽ tiếp tục bàn đến *Kata Ñāṇa (Dĩ Tác Trí* 已作智*).*

DĨ TÁC TRÍ ĐỐI VỚI KHỔ ĐẾ

"Taṃ kho panidaṃ dukkhaṃ ariyasaccaṃ pariññāta ' nti me, bhikkhave, pubbe ananussutesu dhammesu cakkhuṃ udapādi, ñāṇaṃ udapādi, paññā udapādi, vijjā udapādi, āloko udapādi."

("Thánh đế về Khổ này đã được liễu tri. Như vậy, này các Tỷ-kheo, đối với các pháp từ trước Ta chưa từng được nghe, nhãn đã sanh khởi nơi ta, trí đã sanh khởi nơi ta, tuệ đã sanh khởi nơi ta, minh đã sanh khởi nơi ta, quang đã sanh khởi nơi ta.")

Hiểu rõ khổ đế hay năm thủ uẩn bằng cách ghi nhận thấy, nghe,…và thường xuyên hay biết tính chất vô thường, khổ và vô ngã tạo thành minh sát trí *(vipassanā ñāṇa).* Tuy nhiên, chỉ một mình minh sát trí thôi thì vẫn chưa thể hoàn thành viên mãn nhiệm vụ tuệ tri *(pariññā),* tức viên mãn công

việc hiểu biết khổ đế một cách đúng đắn và đầy đủ. Tưởng về thường, lạc, ngã, tịnh vẫn có thể khởi lên đối với những đối tượng mà hành giả không ghi nhận. Có thể nói, chỉ khi minh sát trí đã phát triển đầy đủ và Thánh Đạo Trí xuất hiện để kinh nghiệm trạng thái tịnh lạc của Niết-Bàn, lúc đó tri kiến về vô thường, khổ, và vô ngã mới được hoàn tất và bền vững. Đây là sự hoàn thành của công việc tuệ tri khổ đế.

Ngay cả như thế, Nhập Lưu Thánh Đạo Trí vẫn chưa đủ để hoàn mãn công việc này. Chỉ bằng cách chứng đắc A-la-hán Thánh Đạo Trí, khổ đế mới được tuệ tri hoàn toàn một trăm phần trăm, có thể nói là vậy. Đối với Đức Thế Tôn, công việc (tuệ tri khổ đế) đã được hoàn mãn từ lúc ngài đạt đến A-la-hán Thánh Đạo, A-la-hán Thánh Quả và chứng đắc Giác Ngộ. Vì lý do đó ngài tuyên bố rằng công việc tuệ tri khổ đế đã được Như Lai hoàn tất. Nhãn đã sanh khởi, trí đã sanh khởi, tuệ đã sanh khởi, minh đã sanh khởi, quang đã sanh khởi, để thấy rằng công việc đã được hoàn tất và không còn gì phải làm thêm nữa.

Những hành giả hiện nay đang tham gia vào việc hành thiền cũng có cùng một mục đích này trong dự kiến, đó là tuệ tri khổ đế và cuối cùng hoàn tất công việc liễu tri bằng cách đạt đến A-la-hán Thánh Đạo, A-la-hán Thánh Quả. Sau khi chứng đắc A-la-hán Thánh Đạo và A-la-hán Thánh Quả, cuối cùng sự nhận thức sẽ đến với họ, qua sự phản khán (hồi quan phản chiếu), rằng công việc đã được hoàn thành viên mãn: "…sanh đã tận, phạm hạnh đã thành, việc cần làm (tuệ tri Tứ Đế) đã làm xong…"

Đến đây, chúng tôi đã bàn xong ba loại trí — sự thực trí *(saccā ñāṇa)*, phận sự trí *(kicca ñāṇa)*, và dĩ tác trí *(kata ñāṇa)* liên quan đến khổ đế. Tóm lại,

1. *Vào sát-na thấy, nghe…nhận thức rõ rằng tất cả mọi hiện tượng sanh và diệt đều là khổ, khổ đế, tạo thành sự thực trí (saccā ñāṇa).*
2. *Nhận thức rõ rằng khổ đế này phải được tuệ tri bằng sự ghi nhận với chánh niệm, tạo thành phận sự trí (kicca ñāṇa).*
3. *Nhờ phản khán, biết rằng khổ đế đã được tuệ tri, tạo thành dĩ tác trí (kata ñāṇa).*

Trong ba trí này, sự thực trí xuất hiện trong lúc hành thiền minh sát khi hành giả nhận ra rằng hiện tượng sanh và diệt chỉ là khổ. Điều này xảy ra trước khi Thánh Đạo xuất hiện. Ngay cả vào sát-na Thánh Đạo xuất hiện, thấy sự tịch tịnh của Niết-Bàn, trí này cũng khởi lên bằng cách nhận thức rõ khổ đế trong tất cả mọi hiện tượng sanh và diệt. Sau khi Thánh Đạo xuất hiện cũng thế, trí này dự phần bằng sự phản khán. Như vậy, sự thực trí *(saccā ñāṇa)* là tri kiến về tứ đế sanh khởi trước, sau và vào sát-na Thánh Đạo. Thực sự ra những gì được nhận thức vào sát-na Thánh Đạo chỉ là diệt đế (*nirodha saccā*, diệt khổ thánh đế). Ba đế còn lại (khổ đế bằng sự tuệ tri-*pariññā*, tập đế bằng sự đoạn trừ - *pahāna*, và đạo đế bằng sự tu tập - *bhāvanā*) được nói là đã chứng đắc nhờ hoàn thành công việc tuệ tri bằng tuệ thông đạt *(paṭivedha)*.

Liên quan đến khổ đế, vào lúc sát na chứng diệt loé lên, phận sự tuệ tri liên tục danh và sắc là khổ, kể như đã

hoàn thành. Cho nên, các bậc Thánh (đặc biệt các vị A-la-hán) đã đạt đến Đạo Quả, nhờ suy xét, đều biết rằng danh và sắc sanh và diệt không ngừng là khổ. Do đó mới nói rằng công việc của tuệ thông đạt *(paṭivedha)*, tuệ tri bản chất của khổ, đã được hoàn tất vào sát-na đạo. Trong lúc hành minh sát, tri kiến về khổ này phát sanh nhờ thực sự ghi nhận hiện tượng sanh và diệt. Đây gọi là tuệ tri khổ đế *(dukkha saccā)* hay gọi cách khác là *pariññā paṭivedha.*

Về phận sự trí *(kicca ñāṇa)*, đó là sự nhận thức rằng khổ đế phải được tuệ tri, nó phải được hoàn tất trước khi đạt đến Thánh Đạo. Chỉ khi đã có tri kiến trước đó về những phận sự nào phải được thực hiện thì những phận sự này mới có thể được thực hiện để chứng đắc Thánh Đạo.

Trong trường hợp của khổ đế cũng vậy, nó phải được hiểu rõ ở một giai đoạn sớm hơn. Điều cần thiết là phải nhận thức được một cách rõ ràng bản chất vô thường bằng cách ghi nhận hiện tượng sanh và diệt biểu hiện rõ rệt nơi các uẩn mỗi lúc xuất hiện. Chỉ với sự hiểu biết trước như vậy công việc cần thiết của việc quán sát các hiện tượng mới được thực hiện, và Thánh Đạo mới xuất hiện sau khi đạt đến sự thành thục của minh sát. Đối với tập đế *(samudaya saccā)*, diệt đế *(nirodha saccā)*, và đạo đế *(magga saccā)*, một sự hiểu biết trước về những phận sự phải được thực hiện đối với mỗi đế như vậy là tuyệt đối cần thiết. Chỉ lúc đó Thánh Đạo mới có thể phát triển.

Như vậy, rất lâu trước khi đạt đến Thánh Đạo, nhất thiết phải có sự hiểu rõ rằng khổ đế phải được tuệ tri; tập đế

phải được đoạn trừ; diệt đế phải được chứng ngộ; và đạo đế phải được tu tập.

Tri kiến (hiểu biết) rằng những phận sự này đã được thực hiện chỉ đến sau khi chứng đắc A-la-hán Thánh Đạo và Thánh Quả nhờ suy xét thấy rằng Phạm Hạnh đã thành *(vusitam brahmacāriyam)*; những gì cần làm đã được làm xong *(katam karaṇīyaṃ).* Dĩ tác trí *(kata ñāṇa)* là trí biết rằng những gì cần phải làm đã được làm. Qua sự chứng diệt, A-la-hán thánh đạo cũng thực hiện ba công việc khác nữa, đó là, tuệ tri khổ đế, đoạn trừ tập đế và tu tập đạo đế. Chính Dĩ Tác Trí biết rằng cả bốn phận sự này đã được thực hiện.

Những giải thích cô đọng ở trên về sự thực trí *(saccā ñāṇa)*, phận sự trí *(kicca ñāṇa)*, và dĩ tác trí *(kata ñāṇa)* đã được thực hiện hợp theo tinh thần Phụ Chú Giải *Mulatika* về *Kathā Vatthu.* Như vậy chúng tôi đã đề cập tương đối đầy đủ về ba loại trí liên quan đến khổ đế. Bây giờ chúng tôi sẽ tiếp tục bàn về ba trí này liên quan đến tập đế.

SỰ THỰC TRÍ ĐỐI VỚI TẬP ĐẾ

'Idaṃ dukkhasamudayaṃ ariyasacca ' nti bhikkhave, tathāgatānaṃ pubbe ananussutesu dhammesu cakkhuṃ udapādi, ñāṇaṃ udapādi, paññā udapādi, vijjā udapādi, āloko udapādi.

(Đây là thánh đế về khổ tập (nhân sanh khổ) mà các bậc Thánh phải biết. Như vậy, này các Tỳ-kheo, đối với các pháp từ trước Ta chưa từng được nghe, nhãn đã sanh khởi nơi ta, trí đã sanh khởi nơi ta, tuệ đã sanh khởi nơi ta, minh đã sanh khởi nơi ta, quang đã sanh khởi nơi ta.)

Trong đoạn kinh trên chữ ‘Đây’ muốn nói đến dục ái *(kāma taṇhā)*, hữu ái *(bhava taṇhā)*, và phi hữu ái *(vibhava taṇhā)*, đã được giải thích ở một phần trước. Khổ xuất phát từ những ái này như thế nào, được giải thích như sau: Dục ái tìm thấy sự thích thú trong các đối tượng dục lạc vốn phải tầm cầu và làm ra. Trong khi theo đuổi chúng, một số người phải nếm trải những khổ đau cùng cực, ngay cả đến mức mất cả mạng sống. Bất kỳ cố gắng nào nhằm kiềm chế tham ái đã sanh cũng dẫn đến khổ đau và bất hạnh. Đi tìm những vật không dễ có được cũng là khổ. Rồi việc phải chăm lo, giữ gìn những tài sản đã hoạch đắc được cũng là công việc rất phiền hà và khó khăn. Ngay cả những người nghiện thuốc và nhai trầu cũng phải chịu khổ khi hết những vật mà họ ưa thích. Người nghiện rượu và ma tuý còn cảm thấy khổ hơn trong những hoàn cảnh thiếu thốn tương tự.

Con người sinh ra một mình. Lúc trẻ, họ vui sống cuộc đời độc thân không có những phiền toái của gia đình. Nhưng khi lớn lên, họ cảm thấy cần một người bạn đồng hành. Và rồi dục ái *(kāma taṇhā)* xúi giục, họ bắt đầu tìm một người. Khi họ nhắm đến một đối tượng không thể đạt tới được, mối tình của họ kết thúc trong sầu khổ. Và nếu cuối cùng ước nguyện của họ thành công, nghĩa là kiếm được người bạn đời họ cần, phiền não chẳng bao lâu sẽ bắt đầu khi họ tự thấy mình không thích hợp với nhau. Ngay cả khi có được sự hoà hợp với nhau trong cuộc sống hôn nhân, phiền não cũng xuất hiện khi một trong hai người bất ngờ đổ bệnh. Chăm sóc người bệnh quả là một công việc khó nhọc. Đúng thời, cái chết đến với một người, để lại cho người kia sống trong những nỗi thống khổ của bi ai và sầu muộn. Rõ ràng

tất cả những khổ đau này đều bắt nguồn từ dục ái *(kāma taṇhā).*

Nhưng đa số mọi người đều có ảo tưởng cho rằng ái dục này là cội nguồn của hạnh phúc. Họ xem việc hưởng thụ các dục lạc là niềm vui thú ở trên đời. Khi tham ái không bi đánh thức, do thiếu những đối tượng khả lạc hay không có những cảm thọ lạc, cuộc sống đối với họ trở nên đơn điệu và buồn tẻ. Đi viếng chùa hay viếng tháp thì tẻ nhạt; nghe những bài pháp về thiền minh sát còn chán hơn. Trái lại, những sô giải trí như chiếu phim, nhạc kịch,…lại đem đến cho họ sự hứng thú, sung sướng, và vui vẻ. Như vậy, ái này được nuôi dưỡng cẩn thận bằng việc săn đuổi những dục trần khả ái. Những theo đuổi dục lạc điên rồ này được thực hiện dựa trên sự tin tưởng rằng chúng đem đến niềm vui và hạnh phúc. Sở dĩ người ta tin như vậy là vì vô minh đã đưa ra cho họ những hướng dẫn sai lạc.

Tuy nhiên, những gì có vẻ thú vị và vui sướng ấy, trong thực tế, thật kinh hoàng và đáng sợ bởi vì bản chất sanh và diệt không ngừng của chúng. Dục lạc thì không bao giờ biết chán vì lòng tham *(taṇhā)* không đáy. Ngay cả sau nhiều ngày, nhiều tháng, nhiều năm hưởng lạc, tham ái vẫn không hề thoả mãn. Vì thế mà con người cứ phải lo lắng chạy đuổi theo các lạc thú không ngừng để giữ cho niềm vui của họ không bị đứt đoạn. Nhưng cuối cùng, khi cái kho dự trữ các dục lạc và cảm thọ cạn kiệt, họ phải cam chịu những bất toại nguyện lớn lao. Đây là sự giải thích ngắn gọn cách tham ái làm phát sanh phiền não và khổ đau trong cuộc sống hiện tại.

Nhưng nguyên nhân đích thực của khổ nằm trong sự kiện rằng tham ái *(taṇhā)* này khiến cho có sự luân hồi sanh tử bất tận. Những cảnh sắc và âm thanh khả ái kích thích sự khoái cảm và tham muốn, và tham muốn này làm phát sanh chấp thủ. Do chấp thủ , người ta phải dốc hết sức ra để có được nó. Điều này tạo thành *Saṇkhāra* (hành nghiệp). Do các hành này là nhằm hoàn thành những tham muốn và do tốc hành tâm *(javana)* của sát na cận tử, hay gọi cách khác là hành tác thức (*abhisaṅkhāra viññāṇa*— 行作識) có được lực đẩy của nó từ tham ái *(taṇhā)* bám chặt vào đối tượng xuất hiện lúc đó, thức tái sanh khởi lên liền ngay sau tâm tử. Từ khoảnh khắc thức tái sanh an lập trong hiện hữu mới, có thể nói rằng tất cả những phiền muộn và đau khổ liên quan đến kiếp sống mới đã bắt đầu. Tất cả những phiền muộn này, ngay từ khoảnh khắc của thức tái sanh, đã có gốc của chúng trong tham ái. Đối với các vị A-la-hán, do tham ái đã được đoạn trừ, các vị không còn gặp bất kỳ khổ đau nào của kiếp sống mới nữa. Như vậy dục ái *(kāma taṇhā)* là nhân đích thực của khổ đau như sanh, già, chết…hay còn gọi là tập đế *(samudaya saccā).*

Những người phát nguyện đạt đến các cõi sắc và vô sắc thì ra sức nỗ lực để chứng đắc các thiền sắc giới *(rūpāvacara jhāna)* và vô sắc giới *(arūpāvacara jhāna)*. Nhờ những thiền chứng này họ được tái sanh trong các cõi Phạm thiên hữu sắc và vô sắc. Là các vị Phạm Thiên *(Bhramas),* họ thoát khỏi những cái khổ về thân vật lý cũng như những khổ tâm. Thọ mạng của họ không tính bằng năm mà được đo lường dưới dạng chu kỳ thế gian *(đại kiếp).* Từ quan niệm thế gian thì cuộc sống của họ được đánh giá là một cuộc sống hạnh

phúc. Nhưng khi thọ mạng của họ chấm dứt, họ vẫn phải đối đầu với cái chết và chịu những nỗi thống khổ của sự chết *(marana dukkha).* Họ cũng phải chịu những sầu ưu vì ước nguyện bất tử của họ không được hoàn thành. Sau khi chết cũng vậy, những phiền muộn và khổ não chờ đợi họ trong cõi dục mà họ tái sanh vào. Như vậy, hữu ái *(bhava taṇhā),* hay khát khao hiện hữu trong thế giới phạm thiên thực sự cũng là khổ đế.

Mong muốn không-hiện hữu sau khi chết *(phi hữu ái-vibhava taṇhā)* cũng là nguyên nhân của khổ bởi vì nó khuyến khích những điều ác trong cuộc đời này. Thay vì chùn bước trước điều ác những người chủ theo chủ nghĩa hư vô sẵn sàng làm bất cứ điều gì trong việc theo đuổi chúng và thích thú trong những việc làm ấy. Do những bất thiện nghiệp *(akusala kamma)* ấy họ phải tái sanh vào bốn cõi khổ (địa ngục, ngạ quỉ, súc sanh, và A-tu-la) trong nhiều kiếp và chịu đựng những nỗi thống khổ cũng như bất hạnh của các cõi này. Do đó, rõ ràng phi hữu ái *(vibhava taṇhā)*, phát sanh từ đoạn kiến này, là nguồn gốc thực sự của khổ hay tập đế *(samudaya saccā).*

Cả ba loại ái này đều là nhân căn để của khổ, Đức Phật đã chứng thực được điều đó và tuyên bố ngài đã thấy được chúng như thế nào: "Nhãn, thấy rằng đây là Khổ Tập Thánh Đế, đã sanh khởi nơi Ta." Biết được đây là khổ tập thánh đế là *sự thực trí (saccā ñāṇa).* Sự thực trí biết (tập) đế sanh khởi trước và sau sự đến của Thánh Đạo. Vào sát-na Đạo, phận sự biết (tập) đế cũng được hoàn thành, theo cách từ bỏ hay đoạn trừ, *pahāna paṭivedha* (thể nhập bằng đoạn trừ).

Tóm lại, cái biết tứ đế trước, sau và vào sát-na Đạo là sự thực trí *(saccā ñāṇa).*

PHẬN SỰ TRÍ ĐỐI VỚI TẬP ĐẾ

'Taṃ kho panidaṃ dukkhasamudayaṃ ariyasaccaṃ pahātabba' nti, bhikkhave, tathāgatānaṃ pubbe ananussutesu dhammesu cakkhuṃ udapādi, ñāṇaṃ udapādi, paññā udapādi, vijjā udapādi, āloko udapādi.'

(Đây là Thánh đế về Khổ tập cần phải đoạn tận, này các Tỳ-kheo, đối với các pháp từ trước Ta chưa từng được nghe, nhãn đã sanh khởi nơi ta, trí đã sanh khởi nơi ta, tuệ đã sanh khởi nơi ta, minh đã sanh khởi nơi ta, quang đã sanh khởi nơi ta.)

Nếu muốn giải thoát khổ, nguồn gốc của khổ hay tập khởi của khổ phải được loại trừ. Cũng như để chữa hiệu quả một chứng bệnh, nguyên nhân căn để của tình trạng khó chịu ấy phải được loại trừ bằng việc áp dụng thuốc thích hợp. Các bác sĩ Miến Điện chẩn đoán nguyên nhân của một căn bệnh dựa vào những rối loạn ở máu, gió, mật, đàm, khí hậu, thực phẩm…Trong khi các bác sĩ Tây phương theo dấu nguyên nhân đến chứng bệnh khác mang những mầm bệnh. Khi những nguyên nhân sanh bệnh đã được chẩn đoán đúng và rồi được loại trừ bằng sự điều trị thuốc men thích hợp, bệnh được chữa khỏi hoàn toàn. Cũng vậy, cái khổ của tái sanh trong vòng luân hồi có thể tránh khỏi bằng cách loại trừ nhân căn để của nó, vốn là tham ái *(taṇhā)*, tập đế. Do đó, (tập) đế này được xem như pháp cần phải được đoạn trừ *(pahātabba dhamma).*

Sự đoạn trừ này tác động như thế nào? Đó là điều chính yếu nhất cần phải biết. *"Không để cho tham ái (taṇhā) xuất hiện, không để chotham ái sanh khởi; Ta sẽ giữ tâm (trong sáng) như nó là, không có tham ái. Ta sẽ chỉ có cái tâm không tham ái này thôi."* Liệu có thể duy trì một trạng thái tâm như vậy được không? Những người tin có thể làm được như vậy cứ thử cố gắng đạt đến trạng thái tâm ấy và thấy xem mình có thể duy trì được nó trong bao lâu. Liệu người đã lập gia đình có không bị quấy rầy bởi những ý nghĩ yêu đương, sự âu yếm đối với vợ chồng và những xúc cảm tình dục đòi hỏi sự đáp ứng không? Liệu có không khởi lên ý nghĩ thèm một điếu thuốc hay một têm trầu, hay thưởng thức một bữa ăn ngon? Và còn về mong muốn có được hạnh phúc và tài sản thì sao? Những câu hỏi này không thể giải quyết một cách dễ dàng bằng cách gạt chúng qua một bên, cho rằng chúng chỉ là những chuyện vặt, chỉ là những chuyện thường tình, tự nhiên không quan trọng. Chúng ta phải chịu đựng sự sanh khởi của tham ái này chỉ vì chúng ta không thể đè nén được chúng. Nhưng sự thực vẫn là và điều này cần phải ghi nhớ trong tâm một cách nghiêm túc, rằng tham ái là một pháp cần phải đoạn trừ *(pahātabba dhamma)* khi có thể.

Thực sự ra, có ba loại ái *(taṇhā)* cần đoạn trừ: 1. Ái thúc đẩy những hành động của thân và lời nói (thân hành và khẩu hành); 2. Ái kích thích tâm say đắm trong những khoái cảm tưởng tượng và những ý nghĩ kỳ quặc; và 3. Ái ngủ ngầm chờ cơ hội để tự thể hiện. Trong ba loại ái này, ái thúc đẩy những thân hành và khẩu hành được xếp loại như phiền não vi phạm *(vitikkama kilesā)* có thể được đoạn trừ bằng giới *(sīḷa)*. Một người giữ giới kỹ càng sẽ không trộm cắp bất cứ

vật gì của người khác, cho dù anh ta cảm thấy muốn vật ấy; không phạm tội tà dâm (đối với người giữ phạm hạnh thì không hành dâm); không nói dối và tránh những thức uống có cồn và ma tuý. Ở mức này, người ấy tránh được những phiền não vi phạm *(vitikkama kilesā)*. Đây là cách ái được loại trừ bằng giới *(sīḷa)*.

Ái thể hiện trong những khoái cảm và lạc thú tưởng tượng được xếp loại như phiền não bột khởi *(pariyuṭṭhāna kilesā)*, loại phiền não có thể được loại trừ bằng tâm định. Nếu một người thường hành một trong những đề mục thiền, như niệm hơi thở chẳng hạn, họ có thể thoát khỏi những ý nghĩ ham muốn, và tưởng tượng về các dục trần, trong lúc ấy. Như vậy, trừ phi chăm chú vào một trong những bài tập thiền, bằng không nếu cứ để cho tâm tự do theo đường lối tự nhiên của nó, nó sẽ cuốn hút vào những suy nghĩ về các dục trần khả ái, phần lớn là khát khao các dục lạc. Nếu người nào tin rằng họ có thể giữ cho tâm của họ y như nó là không có những ái dục, người đó kể như không biết được tâm của mình vậy.

Thực tế mà nói, ngay cả trong lúc hành thiền không ngừng nghỉ, trước khi năng lực định có đủ sức mạnh, ái bột khởi hay những suy nghĩ về dục lạc vẫn cứ liên tục xuất hiện. Chỉ khi đắc thiền, do hành thiền định, những ý nghĩ về dục lạc loại thô này mới dừng lại, nhưng ngay cả như thế, nó cũng chỉ kéo dài trong thời gian nhập thiền mà thôi. Đây là cách định loại trừ dục ái bằng *vikkhambhana pahāna (trấn phục xả đoạn* 鎮伏捨断, *đoạn từ bằng đè nén)*.

Hữu ái *(bhava taṇhā)*, tham muốn hiện hữu và phi hữu ái *(vibhava taṇhā)* mong muốn không hiện hữu, vẫn tồn tại ngay cả trong những người có những thiền chứng. Chúng cũng tồn tại trong các vị Phạm Thiên. Do đó hữu ái và phi hữu ái không thể đoạn trừ được bằng thiền định. Không cần nói ai cũng biết rằng những người bình thường không có kinh nghiệm trong thiền không thoát khỏi tham ái đối với cuộc sống và sự hiện hiện hữu của họ. Tuy nhiên, những kẻ vô văn phàm phu như vậy không biết rằng sự thích thú trong cuộc sống và sự hiện hữu của họ là tham ái *(taṇhā)* hay phiền não *(kilesā)*. Thậm chí họ còn đưa ra quan niệm cực kỳ sai lầm cho rằng *'người ta có thể giữ được tâm trong sạch không có những phiền não (kilesā). Và tâm không phiền não tức là Niết Bàn'. Điều này rõ ràng đi ngược lại lời dạy của Đức Phật.*

Tham ái có thể thực sự chưa sanh khởi, nhưng sẽ xuất hiện khi những điều kiện chính đáng có mặt, trong trường hợp này nó được gọi là phiền não tuỳ miên hay phiền não ngủ ngầm *(anusaya kilesā).* Phiền não này có hai loại: 1. *Ārammana nusaya*, phiền não tiềm tàng ngấm ngầm trong đối tượng; 2. *Santāna nusaya,* phiền não ngủ ngầm trong tự thân (tức trong tương tục của ngũ uẩn.)

Có thể có những đối tượng tự thể hiện vào lúc thấy hay nghe nhưng lúc đó nó không được ghi nhận như vô thường, khổ, vô ngã. Tuy nhiên, vào lúc hồi tưởng lại, phiền não *(kilesā)* có thể khởi lên liên quan đến chúng. Những phiền não như vậy được gọi là phiền não tiềm tàng ngủ ngầm trong đối tượng. *Ārammana nusaya kilesā*, phiền não ngủ ngầm trong

đối tượng này có thể được dập tắt bằng minh sát trí *(vipassanā ñāṇa),* tất nhiên thiền minh sát chỉ có thể loại trừ những phiền não nào sanh khởi trong những đối tượng được quán mà thôi. Những đối tượng thoát khỏi sự quán, hay những phiền não tiềm tàng vẫn không bị tác động.

Những phiền não *(kilesā)* chưa bị Thánh Đạo đoạn trừ và đang chờ cơ hội để sanh khởi trong tương tục ngũ uẩn của một người được gọi là *Santāna nusaya,* phiền não ngủ ngầm trong tự thân. Phiền não loại này chỉ có thể loại trừ bằng Thánh Đạo Trí *(Ariya Magga Ñāṇa).* Chính sự diệt trừ dễ dàng của *Santāna nusaya* bằng thánh đạo này mà thiền minh sát phải được tu tập.

PHIỀN NÃO NGỦ NGẦM THỰC SỰ HIỆN HỮU

Mặc dù Kinh và Vi Diệu Pháp *(Abhidhamma)* nói rõ rằng có sự hiện hữu của phiền não ngủ ngầm *(anusaya kilesā)* . Một số người vẫn quả quyết cho rằng không có thứ gì gọi là phiền não ngủ ngầm cả, chỉ do khả năng lưu giữ của tâm mà phiền não phát khởi vậy thôi. Điều này rõ ràng đã biểu lộ sự bất kính hoàn toàn đối với những lời dạy của Đức Phật.

Cứ suy xét một lúc xem. Ở những đứa bé trước tuổi dậy thì, sự khát khao dục lạc dưới hình thức ham thích người khác phái, vẫn chưa tự thể hiện. Điều này không phải vì chúng không có phiền não *(kilesā)*, mà chỉ vì vào lúc ấy cơ hội cho phiền não *(kilesā)* này sanh khởi vẫn chưa có. Nó vẫn ngủ ngầm trong chúng và chỉ xuất hiện khi những điều kiện thích hợp có mặt. Mọi người đều biết rằng, khi đến tuổi dậy thì,

chỉ cần thấy hay nghe tiếng nói của người khác phái lập tức những dục vọng liền khởi lên trong chúng. Nó chỉ xảy ra một cách tự nhiên chứ không phải do chúng đã được thấy hay được nghe về chuyện này trước đó và ghi nhớ nó trong tâm. Thực sự điều này xảy ra là vì có những phiền não *(kilesā)* ngủ ngầm trong những đứa bé ấy và bây giờ chúng tìm được cơ hội để sanh khởi mà thôi.

Lại nữa, lấy trường hợp của một số người có đức tin nơi Tam Bảo, đó là có lòng tin đối với Đức Phật, Giáo Pháp, và Chư Tăng. Nhưng khi bị các vị đạo sư của các tôn giáo khác tác động, họ bắt đầu ấp ủ hoài nghi, *vicikicchā,* về Phật, Pháp, Tăng. Một số thậm chí còn thay đổi tín ngưỡng của mình để đi theo tà kiến. Hoài nghi và tà kiến khởi lên trong họ không phải do khả năng ghi nhớ trong tâm; mà ngày nào chưa bị loại trừ bằng Thánh Đạo *(Ariya Magga)* chúng luôn luôn có mặt trong họ vậy.

Các bậc thánh thời Đức Phật đã diệt trừ được tà kiến và hoài nghi bằng nhập lưu thánh đạo *(sotāpanna magga)* do vậy không vị đạo sư nào, ngay cả vua trời Đế Thích và Ma-Vương *(Māra)* có thể tác động làm cho họ chấp nhận tà kiến, nuôi dưỡng hoài nghi về tam bảo. Điều này là do những phiền não ngủ ngầm trong họ đã bị thánh đạo loại trừ.

Những bậc thiện nhân có cơ hội nghe hay đọc bài Kinh Chuyển Pháp Luân này nên ghi nhớ dứt khoát trong tâm rằng có những phiền não đang nằm ngầm trong tâm mình chỉ chờ cơ hội để khởi lên và rằng tham ái này, vốn là

nhân đích thực của khổ, phải được đoạn trừ bằn thánh đạo qua việc tu tập thiền minh sát *(vipassanā bhāvanā)*.

Tóm lại, biết rằng đây là pháp *(dhamma)* cần phải đoạn trừ là phận sự trí *(kicca ñāṇa)* đối với sự thực về nguồn gốc của khổ (tập đế). Phận sự trí biết những gì cần phải làm đối với tập đế này phải được tu tập trước khi thánh đạo xuất hiện. Như vậy, phận sự trí là tri kiến đi trước (nó) biết những gì cần phải được biết, những gì cần phải được đoạn trừ, những gì cần phải được chứng ngộ, và những gì cần phải được tu tập.Đối với Đức Thế Tôn, phận sự trí này xuất hiện, không phải do nghe từ người khác. Do đó Ngài thừa nhận: "Đây là Thánh Đế về nguồn gốc của khổ phải được đoạn trừ. Như vậy, này các Tỳ-kheo, đối với các pháp từ trước chưa từng được nghe, nhãn đã sanh khởi nơi ta, trí đã sanh khởi nơi ta, tuệ đã sanh khởi nơi ta; minh đã sanh khởi nơi ta, và quang đã sanh khởi nơi ta. Rồi Đức Thế Tôn tiếp tục giải thích cách ngài đã hoàn thành phận sự đoạn trừ (tập đế).

DĨ TÁC TRÍ ĐỐI VỚI TẬP ĐẾ

Taṃ kho panidaṃ dukkhasamudayaṃ ariyasaccaṃ pahīna ' nti me, bhikkhave, pubbe ananussutesu dhammesu cakkhuṃ udapādi, ñāṇaṃ udapādi, paññā udapādi, vijjā udapādi, āloko udapādi.

(Đây là thánh đế về nguồn gốc của khổ (tập đế) đã được đoạn trừ. Như vậy, này các Tỳ-kheo, đối với các pháp từ trước chưa từng được nghe, nhãn đã sanh khởi nơi ta, trí đã sanh khởi nơi ta, tuệ đã sanh khởi nơi ta; minh đã sanh khởi nơi ta, và quang đã sanh khởi nơi ta.)

Trên đây là lời giải thích về cách trí hồi quan hay trí phản khán nhớ lại sự hoàn thành công việc đoạn trừ, xảy ra sau khi vị ấy đã đoạn trừ xong những gì cần phải đoạn trừ, đó là đoạn trừ tham ái *(taṇhā)* hay tập đế. Trí nhớ lại sự hoàn thành của công việc phải được thực hiện này được gọi là dĩ tác trí *(kata ñāṇa)*.

Liên quan đến tập đế, điều đặc biệt đáng lưu ý ở đây là bốn thánh đạo nhận thức Niết-Bàn bằng cách chứng đắc. Ở giai đoạn đầu tiên của sự nhận thức này, những tham ái dẫn đến bốn cõi khổ được đoạn trừ; ở giai đoạn thứ hai, những hình thức thô của tham dục, hay còn gọi là dục ái *(kāma taṇhā)*, bị thủ tiêu. Ở lần thứ ba, những hình thức vi tế của dục ái này biến mất. Tất cả những tham ái còn lại được đoạn trừ hoàn toàn khi Niết-Bàn được nhận thức ở lần thứ tư. Sự đoạn trừ của tham ái như vậy được gọi là ***biết tập đế*** bằng bốn thánh đạo hay ***thể nhập bằng đoạn trừ*** *(pahāna paṭivedha)*. Hành động đoạn trừ này tạo thành cái biết những gì cần phải được biết bằng thánh đạo. Như vậy tập đế là pháp phải được đoạn trừ và sự đoạn trừ này được gọi là thể nhập đoạn trừ *(pahāna paṭivedha)*. Dĩ tác trí *(kata ñāṇa)* cũng rất quan trọng. Mục đích của việc hành thiền thực sự là để loại trừ các phiền não *(kilesā)* và tham ái *(taṇhā)*. Nói chung, sự chứng đắc thắng trí, sự hoàn thành những gì cần phải được làm, chỉ được hoàn tất và bảo đảm khi tham ái và các phiền não này được đoạn trừ. Điều chính yếu là phải tự mình xét kỹ xem đã thực sự thoát khỏi tham ái và những phiền não này hay chưa. Ngay cả ở giai đoạn chứng đắc thấp nhất, đó là chứng đắc nhập lưu thánh quả, tham ái thúc đẩy những bất thiện nghiệp đưa đến các cõi khổ cũng đã được đoạn trừ; và người hành

thiền cũng thoát khỏi những tham ái xúi giục sự vi phạm vào ngũ giới. Sự thích thú và khoái cảm đi kèm với tham ái và tà kiến cho rằng có một cái tôi hay thực thể sống, phải được đoạn trừ. Chỉ khi một người được giải thoát hoàn toàn khỏi những tham ái này, sự tuyên bố chứng đắc nhập lưu *(sotapanna)* mới được chấp nhận, nếu không thì bất kỳ lời tuyên bố chứng đắc nào cũng cần phải xét lại.

Chúng tôi đã đề cập tương đối đầy đủ về ba loại trí, sự thực trí *(saccā ñāṇa)*, phận sự trí *(kicca ñāṇa)*, và dĩ tác trí *(kata ñāṇa)* liên quan đến tập đế. Bây giờ chúng tôi sẽ tiếp tục bàn về ba trí liên quan đến diệt đế.

SỰ THỰC TRÍ ĐỐI VỚI DIỆT ĐẾ

"'Idaṃ dukkhanirodhaṃ ariyasacca' nti me, bhikkhave, pubbe ananussutesu dhammesu cakkhuṃ udapādi, ñāṇaṃ udapādi, paññā udapādi, vijjā udapādi, āloko udapādi."

("Đây là thánh đế về sự diệt khổ. Như vậy, này các Tỳ-kheo, đối với các pháp từ trước chưa từng được nghe, nhãn đã sanh khởi nơi ta, trí đã sanh khởi nơi ta, tuệ đã sanh khởi nơi ta; minh đã sanh khởi nơi ta, và quang đã sanh khởi nơi ta.")

Chữ 'Đây' trong đoạn kinh văn trên muốn nói đến "sự diệt hoàn toàn của tham ái *(taṇhā)* hay tập đế đã được giải thích nhiều lần, khi tham ái bị thủ tiêu, tất cả những thống khổ của danh, sắc và các hành *(saṅkhāras)* cũng diệt. Đức Phật nói sự thực trí *(saccā ñāṇa)*, biết sự diệt này là thánh đế về sự

diệt khổ, đã khởi lên nơi ngài. Sự thực trí này khởi lên trước và sau thánh đạo và được chứng ngộ vào sát-na đạo.

Về việc trí này khởi lên trước đạo như thế nào, cần phải hiểu là các vị đệ tử Phật đòi hỏi phải có trí này do nghe người khác, tức phải có trí văn. Tuy nhiên Đức Thế Tôn đắc trí này bằng trực giác trí của ngài ngay cả trước khi chứng đắc nhập lưu đạo. Vì thế, ngài tuyên bố: *"Đối với các pháp từ trước chưa từng được nghe, nhãn đã sanh khởi nơi ta, trí đã sanh khởi nơi ta, tuệ đã sanh khởi nơi ta; minh đã sanh khởi nơi ta, và quang đã sanh khởi nơi ta."* Vào sát-na đạo, sự thực trí này là một với thánh đạo trí *(ariya magga ñāṇa)* nhận thức Niết Bàn bằng sự chứng ngộ.

PHẬN SỰ TRÍ ĐỐI VỚI DIỆT ĐẾ

'Taṃ kho panidaṃ dukkhanirodhaṃ ariyasaccaṃ sacchikātabba' nti me, bhikkhave, pubbe ananussutesu dhammesu cakkhuṃ udapādi, ñāṇaṃ udapādi, paññā udapādi, vijjā udapādi, āloko udapādi."

("Đây là thánh đế về sự diệt khổ cần phải chứng ngộ. Như vậy này các Tỳ-kheo, đối với các pháp từ trước chưa từng được nghe, nhãn đã sanh khởi nơi ta, trí đã sanh khởi nơi ta, tuệ đã sanh khởi nơi ta; minh đã sanh khởi nơi ta, và quang đã sanh khởi nơi ta.")

Đây là trí *(Ñāṇa)* biết rằng diệt đế, tức Niết-Bàn, sự diệt của tham ái *(taṇhā)*, là pháp phải được chứng ngộ. Trí này được gọi là phận sự trí *(kicca ñāṇa)* vì lẽ nó là trí biết phận sự nào phải được thực hiện đối với diệt đế *(nirodha saccā)*.

Và đây là cách sự chứng ngộ xảy ra: vào sát-na Hành Xả Trí *(Saṅkhār-Upekkhā-Ñāṇa)* được thiết lập vững chắc và đầy đủ, khi (hành giả) quan sát một trong những hiện tượng sanh và diệt, nhịp độ nhận thức càng lúc càng trở nên nhanh hơn cho đến khi các hành *(saṅkhāras)* là đối tượng quán và tâm biết lao nhanh vào trạng thái diệt ở đây tất cả hành khổ đều chấm dứt. Vào lúc chứng ngộ sự diệt của tất cả pháp hữu vi (các hành) như thế, tham ái *(taṇhā)* cũng đi đến sự diệt. Vì vậy sự diệt ái được định danh là diệt đế *(nirodha saccā)* và được nhận thức bằng thánh đạo qua sự chứng ngộ. Sự chứng ngộ này gọi là thể nhập bằng chứng ngộ *(sacchikiriya paṭivedha).*

Diệt đế là chân lý phải được chứng ngộ và sự chứng ngộ như thế gọi là thể nhập bằng sự chứng ngộ *(sacchikiriya paṭivedha).*

Mục đích của việc ghi nhận mọi trường hợp thấy, nghe, xúc chạm, biết,..là để hoàn thành công việc thể nhập bằng sự chứng ngộ qua sự chứng đắc diệt đế. Đức Phật đã hoàn thành phận sự *sacchikiriya paṭivedha* này bằng sự chứng ngộ Niết Bàn qua A-la-hán thánh quả trên 'bồ đoàn bất bại' dưới gốc cây Bồ Đề. Ngài đã kể lại cách ngài phát triển phận sự trí, sau khi duyệt lại sự hoàn tất của công việc (bằng phản khán trí), như sau.

DĨ TÁC TRÍ ĐỐI VỚI DIỆT ĐẾ

"Taṃ kho panidaṃ dukkhanirodhaṃ ariyasaccaṃ sacchikata ' nti me, bhikkhave, pubbe ananussutesu dhammesu cakkhuṃ udapādi, ñāṇaṃ udapādi, paññā udapādi, vijjā udapādi, āloko udapādi."

("Đây là Thánh Đế về sự diệt khổ đã được chứng ngộ. Như vậy này các Tỳ-kheo, đối với các pháp từ trước chưa từng được nghe, nhãn đã sanh khởi nơi ta, trí đã sanh khởi nơi ta, tuệ đã sanh khởi nơi ta; minh đã sanh khởi nơi ta, và quang đã sanh khởi nơi ta.")

Đây là sự giải thích về cách phản khán trí (thấy lại) sự hoàn thành công việc xảy ra sau khi ngài chứng ngộ diệt đế (Niết Bàn) bằng A-la-hán thánh đạo và quả trí. Kế tiếp chúng tôi sẽ bàn về ba trí liên quan đến đạo đế *(magga saccā)*.

SỰ THỰC TRÍ ĐỐI VỚI ĐẠO ĐẾ

"Idaṃ dukkhanirodhagāminī paṭipadā ariyasacca ' nti me, bhikkhave, pubbe ananussutesu dhammesu cakkhuṃ udapādi, ñāṇaṃ udapādi, paññā udapādi, vijjā udapādi, āloko udapādi."

("Đây là thánh đế về sự thực hành (con đường) đưa đến diệt khổ. Như vậy này các Tỳ-kheo, đối với các pháp từ trước chưa từng được nghe, nhãn đã sanh khởi nơi ta, trí đã sanh khởi nơi ta, tuệ đã sanh khởi nơi ta; minh đã sanh khởi nơi ta, và quang đã sanh khởi nơi ta.")

Thực ra Đế *(saccā)* này có một cái tên rất dài, đó là Đạo Diệt Khổ Thánh Đế, hay Thánh Đế Về Con Đường Đưa Đến Sự Diệt của Khổ, nhưng các bản chú giải đã rút ngắn nó lại chỉ còn là đạo đế *(magga saccā)*. Trong bài giảng, chúng tôi sẽ dùng tên cái ngắn này cho tiện.

Biết rằng bát thánh đạo là pháp hành, hay thánh đế về con đường dẫn đến sự diệt khổ, dẫn đến sự tịch tịnh của Niết Bàn, được gọi là sự thực trí *(saccā ñāṇa)*.

Các vị đệ tử Phật, chưa đắc thánh đạo, sẽ chỉ biết được đạo đế này do nghe về nó. Nói chung, hàng phàm nhân chưa chứng ngộ thánh đạo bằng kinh nghiệm tự thân, cần phải học để biết đạo đế. Theo các bản chú giải: "Đạo đế *(magga saccā)* là một pháp đáng mong ước, đáng mong mỏi, đáng tán dương." Như vậy, nhờ học đạo đế (bát thánh đạo), tâm sẽ khuynh hướng về việc thực hành nó. Đối với đạo đế, công việc tiên khởi được hoàn tất chỉ bằng cách khuynh hướng tâm về nó. Cũng vậy, đối với diệt đế hay Niết Bàn, pháp mà hàng phàm nhân không thể nhận thức được, chú giải nói rằng nó chỉ đòi hỏi họ hướng tâm về nó như một pháp đáng mong ước, đáng mong mỏi, đáng tán dương, nhờ hành động ấy, phận sự tiên khởi phải thực hiện đối với diệt đế đã được hoàn thành.

Do đó, phải ghi nhớ rằng, đạo đế không phải là pháp cần suy nghĩ về và quán trên đó; Niết Bàn cũng vậy, không cần phải quán trước hay tư duy về nó. Đối với Đức Phật, ngay khi ngài đạt đến tri kiến về diệt đế bằng tuệ trực giác ngài cũng có được tri kiến về đạo đế này bằng trực giác trí của ngài. Đó là lý do vì sao ngài thừa nhận rằng: *"đối với các pháp từ trước chưa từng được nghe, nhãn đã sanh khởi nơi ta, trí đã sanh khởi nơi ta, tuệ đã sanh khởi nơi ta; minh đã sanh khởi nơi ta, và quang đã sanh khởi nơi ta."*

Vào sát-na chứng đắc thánh đạo, chỉ diệt đế hay gọi cách khác sự tịch tịnh của Niết Bàn, được nhận thức bằng sự chứng ngộ mà thôi. Các pháp thuộc thánh đạo được chứng ngộ theo cách này thực sự xuất hiện trong tự thân một người và như vậy công việc tu tập các pháp ấy trong họ đã được hoàn thành. Sự kiện này được gọi là thể nhập bằng tu tập *(bhāvanā paṭivedha).*

Những gì muốn nói ở đây là khi thánh đạo xuất hiện trong một người, nghĩa là người ấy đã thấy thánh đạo; và đồng thời công việc biết thánh đạo đã được hoàn tất. Còn về vấn đề làm sao để biết thánh đạo đã được tu tập trong một người, trí phản khán sẽ tiết lộ rõ điều này. Tuy nhiên, không thể tu tập thẳng vào thánh đạo. Hành giả phải bắt đầu bằng cách tu tập đạo đi trước *(pubbabhāga magga)* như một bước đầu tiên. Chính vì lý do này thiền minh sát *(vipassanā)* được xem như một pháp hành đúng đắn dẫn đến sự diệt *(nirodha).* Ở Phần VI chúng tôi đã đề cập và chú giải *Sammohavinodani* cũng khuyên rằng thiền *vipassanā* phải được xem như một pháp hành đúng đắn.

PHẬN SỰ TRÍ ĐỐI VỚI ĐẠO ĐẾ

"Taṃ kho panidaṃ dukkhanirodhagāminī paṭipadā ariyasaccaṃ bhāvetabba' nti me, bhikkhave, pubbe ananussutesu dhammesu cakkhuṃ udapādi, ñāṇaṃ udapādi, paññā udapādi, vijjā udapādi, āloko udapādi."

("Đây là thánh đế về con đường dẫn đến sự diệt khổ và con đường này phải được tu tập. Như vậy, này các Tỳ-kheo, đối với các pháp từ trước chưa từng được nghe, nhãn

đã sanh khởi nơi ta, trí đã sanh khởi nơi ta, tuệ đã sanh khởi nơi ta; minh đã sanh khởi nơi ta, và quang đã sanh khởi nơi ta.")

(Trí) biết rằng đạo đế *(magga saccā)* là một pháp phải được tu tập trong tự thân được gọi là phận sự trí *(kicca ñāṇa)*. Nó là trí biết những gì phải được làm đối với khổ đế *(dukkha saccā),* tức biết khổ đế phải được tuệ tri. Biết những gì phải làm đối với đạo đế, tức biết đạo đế phải được tu tập trong tự thân mỗi người. Điều này cần phải ghi nhớ rõ ràng.

Việc biết đạo đế là pháp phải được tu tập được Đức Phật dạy lần đầu tiên trong bài Kinh Chuyển Pháp Luân. Như vậy tu tập đạo (bát thánh đạo) chính là thực hành để chứng ngộ Niết Bàn hợp với ước nguyện của Đức Phật. Tuy nhiên, việc thực hành không thể bắt đầu với sự tu tập thẳng vào đạo đế liền. Hành giả phải bắt đầu với đạo đi trước *(pubbabhāga magga)* hay gọi cách khác là minh sát đạo *(vipassanā magga).* Như vậy để tu tập thánh đạo, hành giả phải bắt đầu với việc tu tập minh sát đạo.

Và để tu tập minh sát đạo, hành giả phải quán trên khổ đế *(dukkha saccā)*. Khổ đế có nghĩa là năm thủ uẩn *(upādānakkhandhā),* đã được chúng tôi giải thích chi tiết ở Phần Bốn. Khi hành giả quán trên các uẩn xuất hiện ngay sát-na sanh là hành giả đã tu tập trí đầu tiên, tức trí phân biệt giữa đối tượng của sự biết và tâm hay biết. Trí này được theo sau bởi trí hiểu biết về quy luật nhân và quả. Khi hành giả tiếp tục, hành giả sẽ đi đến chỗ hiểu biết về bản chất của sự trôi chảy không ngừng, đó là sự sanh và diệt không ngừng của

danh-sắc *(nāma-rūpa).* Vì lẽ danh sắc danh lên chỉ để diệt ở sát-na kế tiếp, nên nó là không bền, vô thường, khổ, vô ngã *(vì nó sanh và diệt theo đường lối tự nhiên của nó)*. Sự chứng ngộ tự thân về những thực tại này là chánh kiến *(sammā diṭṭhi).* Như chúng tôi đã giải thích trước đây, khi chánh kiến được tu tập, chánh tư duy và các đạo *(magga)* khác cũng được tu tập. Và làm thế nào để tu tập những đạo này cũng đã được giải thích.

Có thể tóm tắt việc tu tập như sau: trước tiên ghi nhận bất cứ cảm giác xúc chạm nào mà hành giả trải nghiệm lúc ấy. Để đơn giản hoá pháp hành, chúng tôi khuyên nên bắt đầu với việc quán sự phồng và xẹp của bụng. Tất nhiên, khi đang quan sát sự phồng, xẹp của bụng, có thể hành giả sẽ bắt đầu suy nghĩ đến một điều gì khác. Trong trường hợp như vậy, hành giả phải ghi nhận những ý nghĩ ấy khi chúng khởi lên. Đối với những cảm giác đau nhức, tê cứng, nóng lạnh, ngứa ngáy…cũng vậy, hành giả phải ghi nhận khi chúng khởi sanh. Khi thay đổi những oai nghi của thân, khi thấy hay nghe một điều gì… cũng phải ghi nhận. Như vậy, trong khi quan sát mọi hiện tượng, ở mỗi sát-na ghi nhận, thì tri kiến hiểu biết về thực tại đúng như nó là, chánh kiến và minh sát đạo đã được tu tập. Khi minh sát thiết lập đầy đủ, bát thánh đạo cũng được tiến triển, vì thế việc quán trên các hiện tượng danh sắc hay các uẩn, khổ đế *(dukkha saccā)*, cũng có nghĩa là sự tu tập bát thánh đạo.

Tóm Tắt:

1. *Chỉ bằng cách tu tập đạo đi trước hay còn gọi là minh sát đạo, Thánh Đạo mới có thể đạt đến.*
2. *Để tu tập minh sát đạo, hiện tượng thấy, nghe, hay còn gọi là khổ đế (dukkha saccā) phải được quan sát cẩn thận.*
3. *Ở mỗi khoảnh khắc ghi nhận hiện tượng thấy, nghe hay khổ đế, bát thánh đạo kể như đã được tu tập.*

Vì vậy, chúng tôi soạn lại cho dễ nhớ:

Căn bản, Đạo đi trước, Thánh đạo
Tu tập chúng dẫn đến Niết-Bàn.

Có một số người trước đây từng bị ấn tượng sai lầm cho rằng phải thâu thập kiến thức sách vở về các pháp uẩn và tính chất vô thường, khổ, vô ngã của chúng…thì mới đáp ứng được mục đích tu tập. Chỉ sau khi họ đã hành thiền hợp theo tinh thần tứ niệm xứ *(sātipatthāna)* và có được những kinh nghiệm đặc biệt, họ mới bắt đầu thấy ra những sai lầm của mình. Lúc đó họ dám tuyên bố công khai về những chứng nghiệm của mình rằng trừ phi một người thực sự thực hành việc quan sát các hiện tượng thấy, nghe,…ngay sát-na xuất hiện của chúng, bằng không phận sự tuệ tri, *pariññā kiccā,* khổ đế, vẫn chưa được hoàn thành, phận sự tu tập bát thánh đạo cũng vẫn chưa được hoàn thành. Đây là sự thú nhận của những người đa văn học rộng trong kinh điển. Như vậy, bằng kinh nghiệm tự thân họ đã hiểu được con đường chính đáng để đạt đến những chứng đắc cao hơn.

Giáo lý của Đức Phật thể hiện trong bài kinh Chuyển Pháp Luân *(Dhammacakka)* này cho chúng ta thấy rằng: “bát

thánh đạo là pháp phải được tu tập bằng sự quán chiếu trên hiện tượng danh và sắc vào sát-na xuất hiện của chúng, là pháp phải được ghi nhận với tất cả sự nghiêm túc. Điều này cần phải ghi nhớ cẩn thận.” Biết phận sự phải làm đối với đạo đế là phận sự trí *(kicca ñāṇa)*, trí này phải được học trước. Chỉ lúc đó minh sát đạo *(vipassanā magga)* mới có thể được tu tập bằng cách quan sát các hiện tượng danh sắc, hay các thủ uẩn *(upadānakkhandhā)* hay khổ đế *(dukkha saccā)* vào lúc chúng xuất hiện; và chỉ bằng cách tu tập minh sát đạo *(vipassanā magga)*, hành giả mới có thể phát triển được thánh đạo *(ariya magga)* và chứng ngộ Niết-Bàn.

DĨ TÁC TRÍ ĐỐI VỚI ĐẠO ĐẾ

‘Taṃ kho panidaṃ dukkhanirodhagāminī paṭipadā ariyasaccaṃ bhāvita ’ nti me, bhikkhave, pubbe ananussutesu dhammesu cakkhuṃ udapādi, ñāṇaṃ udapādi, paññā udapādi, vijjā udapādi, āloko udapādi.”

(“Đây là thánh đế về con đường đưa đến sự diệt khổ và thánh đế này đã được tu tập. Như vậy, này các Tỳ-kheo, đối với các pháp từ trước chưa từng được nghe, nhãn đã sanh khởi nơi ta, trí đã sanh khởi nơi ta, tuệ đã sanh khởi nơi ta; minh đã sanh khởi nơi ta, và quang đã sanh khởi nơi ta.”)

Có thể nói đây là sự thừa nhận của Đức Phật về việc dĩ tác trí *(kata ñāṇa)* đã sanh khởi như thế nào qua sự phản khán, tức hồi nhớ lại sự hoàn thành của công việc tu tập đạo đế cho đến khi chứng đắc A-la-hán thánh đạo. Ba trí : sự thực trí, phận sự trí, và dĩ tác trí liên quan đến tứ đế đến đây

đã được giải thích một cách đầy đủ trong mười hai cách, đó là bốn lần ba trí (3trí x4 đế=12 cách).

Có thể tóm tắt lại mười hai cách này như sau:

1. *Biết Tứ Đế trước, sau, và vào sát-na đạo là sự thực trí (saccā ñāṇa).*

Biết rằng đây là khổ đế, đây là tập đế, đây là diệt đế, đây là đạo đế, là sự thực trí *(saccā ñāṇa)*. Trí này cũng xuất hiện trước thánh đạo *(magga)*. Đối với các vị đệ tử, sự thực trí liên quan đến diệt đế và đạo đế có được trước Đạo là do nghe *(sutamaya:văn tuệ)*. Diệt Đế *(nirodha saccā)* cũng được nhận thức qua sự chứng ngộ vào sát-na đạo. Ba đế còn lại được nhận thức vào sát-na đạo bằng sự hoàn thành các phận sự tuệ tri, đoạn trừ, và tu tập, đó là, bằng cách hoàn thành ba phận sự *(tisu kiccato)*, như chú giải nói. Còn việc những trí này được nhận thức sau khi chứng đạo như thế nào đã quá rõ không cần phải giải thích ở đây.

2. *Sự hiểu biết trước những gì phải được biết, những gì phải được đoạn, những gì phải được chứng, và những gì phải được tu là phận sự trí (kicca ñāṇa)*

"Rằng khổ *(dukkha)* phải được tuệ tri (hiểu biết rõ ràng và đầy đủ), tập *(samudaya)* phải được đoạn trừ, diệt *(nirodha)* phải được chứng ngộ, và đạo *(magga)* phải được tu tập trong tự thân mỗi người." Biết rõ những điều này tạo thành phận sự trí *(kicca ñāṇa)*. Trí này khởi lên trước khi bắt đầu thiền minh sát cũng như trong lúc thiền minh sát, và trước khi thánh đạo *(ariya magga)* xuất hiện.

3. Biết rằng phận sự cần làm đã được hoàn thành là Dĩ tác trí *(kata ñāṇa).*

Trong những công việc hiệp thế có trí hiểu biết về sự hoàn thành khi công việc cần làm đã được làm xong. Cũng vậy, khi bốn nhiệm vụ: tuệ tri, đoạn trừ, chứng ngộ và tu tập đã được làm xong, sự kiện này được biết qua trí phản khán. Đây gọi là dĩ tác trí, trí biết về sự hoàn thành những gì cần phải làm.

Những gì chúng tôi đã mô tả là mười hai loại trí *(ñāṇa)* làm thành từ bốn loại sự thực tri, bốn loại phận sự trí, và bốn loại dĩ tác trí. Trong mười hai trí này, điều quan trọng nhất là phải biết rõ cách sự thực trí sanh khởi và bốn phận sự cần phải làm. Chúng tôi sẽ tóm tắt lại như sau:

1. *Khổ đế phải được hiểu biết rõ ràng và đầy đủ (tuệ tri); sự hiểu biết này gọi là thể nhập bằng sự tuệ tri (pariññā paṭivedha).*
2. *Tập đế (samudaya) phải được đoạn trừ, sự đoạn trừ này được gọi là thể nhập bằng sự đoạn trừ (pahāna paṭivedha).*
3. *Diệt đế phải được chứng ngộ, sự chứng ngộ này được gọi là thể nhập bằng sự chứng ngộ (sacchikriya paṭivedha).*
4. *Đạo đế phải được tu tập, sự tu tập này được gọi là thể nhập bằn g sự tu tập (bhāvanā paṭivedha).*

Tứ đế được biết cùng một lần vào sát-na thánh đạo *(ariya magga).*

Thực sự, vào sát-na đạo, chỉ một mình diệt đế hay Niết Bàn được nhận thức bằng sự chứng ngộ. Ba đế còn lại

(khổ đế, tập đế, và đạo đế) được nhận thức qua sự hoàn thành của những công việc đòi hỏi (phải làm) lần lượt bằng *pariññā paṭivedha, pahāna paṭivedha, bhāvanā paṭivedha*[13]. Do đó chú giải nói: "Ba đế được biết bằng sự hoàn thành các công việc và diệt đế bằng sự chứng ngộ."

5. *Khi đạo thấy một trong bốn đế.*
6. *Cả bốn tuệ thể nhập đều đã được hoàn tất.*

Với thánh đạo như thế nào, thì vào sát na thực hành minh sát cũng vậy, nhờ quán một mình khổ đế kể như đối tượng, công việc biết ba đế còn lại cũng đã được làm. Điều này xảy ra theo cách như vầy: các trần cảnh được nhận thức qua thiền minh sát như sự thể hiện của vô thường, khổ, vô ngã, chắc chắn không thể làm khởi lên tham ái *(taṇhā)* vốn thích thú trong những đối tượng ấy do ảo tưởng về thường, lạc, ngã, tịnh. Đây là thể nhập bằng nhất thời đoạn trừ *(tadaṅga pahāna paṭivedha).* Vô minh *(avijja)*, sẽ không hiểu lầm đối tượng quán như thường, lạc, ngã, tịnh, và do đó hành *(saṅkhāra)*, thức *(viññāṇa)*…cũng không có cơ hội để sanh và diệt. Đây là sự chứng ngộ bằng sự diệt tạm thời *(tadaṅga nirodha).* Minh sát đạo nhận thức các pháp như vô thường, khổ, vô ngã đã được tu tập ở chính sát na hay biết này. Đây là thể nhập bằng sự tu tập *(bhāvanā paṭivedha).* Như vậy, trong khi hành thiền minh sát bằng cách biết khổ đế qua sự quán, ba đế còn lại kể như đã được hoàn tất bằng sự hoàn thành

[13] thể nhập bằng sự tuệ tri, thể nhập bằng sự đoạn trừ, thể nhập bằng sự tu tập.

những công việc thể nhập đoạn trừ, thể nhập chứng ngộ, và thể nhập tu tập. Vì vậy có thể nói rằng vào sát na thực hành minh sát cả bốn đế được nhận thức cùng một lần.

Chấm Dứt Phần VII của bài Kinh Chuyển Pháp Luân

ĐẠI KINH CHUYỂN PHÁP LUÂN

PHẦN VIII

KHI ĐỨC PHẬT KHÔNG THỪA NHẬN SỰ GIÁC NGỘ

“ Yāvakīvañca me, bhikkhave, imesu catūsu ariyasaccesu evaṃ tiparivaṭṭaṃ dvādasākāraṃ yathābhūtaṃ ñāṇadassanaṃ na suvisuddhaṃ ahosi, neva tāvāhaṃ, bhikkhave, sadevake loke samārake sabrahmake sassamaṇabrāhmaṇiyā pajāya sadevamanussāya ‘anuttaraṃ sammāsambodhiṃ abhisambuddho ’ ti paccaññāsiṃ [abhisambuddho paccaññāsiṃ (sī. syā. kaṃ.)].

(“Bao lâu, này các Tỳ-kheo, tri kiến về thực tại và tuệ giác liên quan đến tứ thánh đế trên ba phương diện và mười hai cách vẫn chưa rõ ràng nơi ta, chừng đó ta chưa thừa nhận rằng ta đã tự mình liễu tri, đã tự mình đạt đến, đã tự mình chứng ngộ một cách chân chánh Vô Thượng Chánh Đẳng Giác, trong thế giới này với các hàng chư thiên, ma vương, phạm thiên, với quần chúng sa môn, bà la môn, vua chúa và con người của nó.”

(“Cho đến khi nào, này các Tỷ-kheo, trong bốn Thánh đế này, với ba chuyển và mười hai hành tướng như vậy, tri kiến như thật không khéo thanh tịnh ở nơi Ta; thời này các Tỷ-kheo, cho đến khi ấy, trong thế giới này với Thiên giới, Ma giới, Phạm thiên giới, với quần chúng Sa-môn, Bà-la-môn, chư Thiên và loài Người, Ta không chứng tri đã chánh giác vô thượng Chánh Đẳng Giác.” HT Minh Châu)

Sammāsambodhi (Chánh Đẳng Giác) là A-la-hán Thánh Đạo Trí *(Arahatta Magga Ñāṇa)*, một loại trí chỉ có chư Phật mới đạt đến được. Chư Phật đạt đến A-la-hán thánh đạo trí này bằng trí tuệ trực giác với những nỗ lực tự thân không có bất kỳ sự chỉ dẫn nào từ người khác. Nhờ trí này, chư Phật biết mọi sự mọi việc một cách đúng đắn và hoàn hảo bởi vì nó khởi lên đồng thời với nhất thiết tri trí *(sabaññutāñāṇa*一切知智*)*. Do đó, A-la-hán thánh đạo của chư Phật được gọi là Sammāsambodhi (Chánh Đẳng Giác), *sammā* là chân chánh, *saṃ* là tự mình và *bodhi* có nghĩa là sự hiểu biết, *sự hiểu biết chân chánh do tự mình biết*. Đối với các vị Độc Giác Phật *(Pacceka Buddha)*, A-la-hán thánh đạo trí của các vị chỉ được gọi là sambodhi, sự hiểu biết do tự mình biết, chứ không có sự phẩm định của *sammā (chân chánh)*. A-la-hán thánh đạo trí của các vị đệ tử thì chỉ gọi là bodhi (giác hiểu), tức sự giác ngộ không có sự phẩm định của *sammā* và *saṃ*.

A-la-hán thánh đạo trí đã khởi lên đối với chư Phật và được các ngài tự mình biết một cách chân chánh, do đó gọi là *Sammāsambodhi (Chánh Đẳng Giác)*. Sanh cùng với trí này là nhất thiết tri trí. Sau khi đã có được nhất thiết trí, Phật Quả vốn biết tất cả pháp cũng đạt đến. Do đó, chánh đẳng giác trí được xem như trí trách nhiệm cho sự chứng đắc Phật Quả. Vì vậy, trong đoạn kinh văn trên Đức Phật nói ngài vẫn chưa thừa nhận sự chứng đắc chánh đẳng giác trí làm phát sanh Phật Quả. Ngài đã từ chối thừa nhận Phật Quả này trong bao lâu? Kinh nói rằng ngài đã từ chối nó cho đến khi tri kiến về tứ đế trên ba phương diện gồm sự thực trí, phận sự trí, và dĩ tác trí cho mỗi đế, như đã giải thích ở trên, chưa được rõ ràng đối với ngài. Nếu xác định một giới hạn thời gian chắc

chắn, có thể nói rằng sự thừa nhận đã được từ chối cho đến hừng đông ngày hôm sau ngày rằm tháng tư, ngay trước khi ngài đạt đến A-la-hánh thánh đạo.

Qua việc thông báo không thừa nhận Phật Quả cho đến lúc đó, ngài đã làm cho mọi người sáng tỏ rằng tuyên bố Phật Quả trong giai đoạn mà ngài còn đang thực hành các pháp khổ hạnh là điều không thể chấp nhận được.

Trong đoạn kinh văn trên, ba phương diện muốn nói đến sự thực trí, phận sự trí, và dĩ tác trí cho mỗi trong bốn đế. Còn mười hai cách có nghĩa là bốn lần ba trí hay tứ đế nhân với ba phương diện. A-la-hán thánh đạo trí cùng với mười hai trí, xuất hiện trước và sau nó, này là như thực trí *(yathābhuta ñāṇa)*, trí thấy thực tại đúng như thực. Vì lẽ, bao lâu như thực trí này vẫn chưa rõ ràng đến ngài, Đức Thế Tôn vẫn từ chối thừa nhận ngài đã đạt đến Chánh Đẳng Giác *(Sammāsambuddhi)*.

Câu hỏi có thể phát sanh là, "Sự từ chối thừa nhận này được tuyên bố giữa những ai?" Câu trả lời là, "Trong thế giới này." Trong thế giới này, có những vị chư thiên quyền lực với trí tuệ sắc bén; và có những ma vương *(māras)* đối kháng với giáo pháp, cũng có những vị phạm thiên quyền lực hơn, trí tuệ hơn những chư thiên và ma-vương. Nếu sự chứng đắc Phật Quả được tuyên bố trước khi tri kiến về tứ đế phát sanh rõ ràng đến ngài, ngài sẽ khó lòng đưa ra những câu trả lời thoả mãn cho những câu hỏi, những chất vấn, những tranh luận mà các vị chư thiên, ma vương, và phạm thiên này nêu lên. Bỏ qua một bên những vị chư thiên và

phạm thiên vốn không gần gũi với con người ấy ra, trong thế giới loài người, trên mặt đất này, có những sa-môn, bà-la-môn, và những vị vua được định danh là thiên tử cũng như hàng phàm nhân có trí. Cũng sẽ rất khó cho ngài để trả lời những chất vấn có tính cách thẩm tra và những câu hỏi mà họ đưa ra. Sống vào thời đó có những vị giáo chủ của các giáo phái khác như *Purana Kassapa*, người từng tuyên bố biết tất cả về quá khứ, hiện tại, và tương lai. Khi một người đa văn học rộng, có thể là sa-môn hay người thế tục, đưa ra một lời tuyên bố gì, các vị giáo chủ của họ sẽ tìm ra những bất cập trong lời tuyên bố của họ. Nếu Đức Phật tuyên bố Phật Quả trước khi thực sự chứng đắc chánh đẳng giác trí *(sammāsambodhi ñāṇa)*, ngài cũng có thể phải đối diện với tình trạng khó xử tương tự.

Có lần, thậm chí Đức Phật đã phải đương đầu với đức Vua *Pasenadi Kosala*, dựa vào địa vị làm vua của mình, ông đã đưa Đức Phật vào cái thế phải tìm một sự thẩm xét. Ông hỏi *"Thưa Sa-môn Gotama, có phải ngài tuyên bố đã tuệ tri, đã thành tựu, đã chứng đắc sự Giác Ngộ toàn hảo, vô song hay nói khác hơn đã chứng đắc Phật Quả không?"* Thời ấy các vị giáo chủ như *Purana Kassapa*, v.v… thường đưa ra những lời tuyên bố mạnh bạo về Phật Quả trước công chúng, nhưng khi được đức Vua *Pasenadi Kosala* kiểm tra họ đã ấp úng trong lời tuyên bố của họ. *"Trong khi các vị giáo chủ lão thành của các giáo phái khác do dự khi tuyên bố Phật Quả, thì ngài, thưa Sa-môn Gotama, ngài trẻ tuổi hơn, ít kinh nghiệm trong đời sống tâm linh hơn, có phải ngài thực sự thừa nhận rằng mình đã trở thành một vị Phật không?* đức vua cứ

khăng khăng những nghi vấn của mình bằng cách lập đi lập lại câu hỏi như vậy.

Đức Phật, là một vị Phật đích thực, đã đưa ra cho đức vua những câu trả lời thoả mãn. Hoàn toàn tin chắc vào những chứng đắc của ngài, vua *Pasenadi Kosala* xin quy y Đức Phật, Giáo Pháp, và chư Tăng, và từ đó trở thành một vị đệ tử hộ pháp của Đức Phật. Do đã biết trước trong tâm những người như vậy sẽ thẩm tra và xét nét sự chứng đắc của ngài, Đức Phật nói, *"Ta chưa tuyên bố giữa thế giới này với các hàng chư thiên, ma vương, phạm thiên, với quần chúng sa môn, bà la môn, vua chúa và con người của nó, rằng ta đã đạt đến Phật Quả."*

Với những lời này Đức Phật đã để cho người hiểu rằng bao lâu ngài chưa trở thành một vị Phật thực sự, chừng đó ngài sẽ không tuyên bố về nó. Nhưng khi đúng thời để tuyên bố Phật quả của mình, ngài sẽ tuyên bố. Và đây là cách ngài đưa ra lời tuyên bố.

SỰ THỪA NHẬN PHẬT QUẢ

"Yato ca kho me, bhikkhave, imesu catūsu ariyasaccesu evaṃ tiparivaṭṭaṃ dvādasākāraṃ yathābhūtaṃ ñāṇadassanaṃ suvisuddhaṃ ahosi, athāhaṃ, bhikkhave, sadevake loke samārake sabrahmake sassamaṇabrāhmaṇiyā pajāya sadevamanussāya ' anuttaraṃ sammāsambodhiṃ abhisambuddho ' ti paccaññāsiṃ.

("Nhưng, này các Tỳ-kheo, khi tri kiến về thực tại và tuệ giác liên quan đến tứ thánh đế trên ba phương diện và mười hai cách đã trở nên rõ ràng với ta. Ta tuyên bố trong

thế giới này với các hàng chư thiên, ma vương, phạm thiên, với quần chúng sa môn, bà la môn, vua chúa và loài người của nó, rằng ta đã tự mình liễu tri, đã tự mình đạt đến, đã tự mình chứng ngộ một cách chân chánh Vô Thượng Chánh Đẳng Giác.")

"Và cho đến khi nào, này các Tỷ-kheo, trong bốn Thánh đế này, với ba chuyển và mười hai hành tướng như vậy, tri kiến như thật đã được khéo thanh tịnh ở nơi Ta; cho đến khi ấy, này các Tỷ-kheo, trong thế giới này với Thiên giới, Ma giới, Phạm thiên giới, với quần chúng Sa-môn, Bà-la-môn, chư Thiên và loài Người, Ta mới chứng tri đã chánh giác vô thượng Chánh Đẳng Giác." HT Minh Châu)

Những gì ngài tuyên bố trong đoạn kinh văn trên phải hiểu là chỉ khi như thực trí *(yathābhuta ñāṇa)*, hay tri kiến thấy thực tại đúng như thực, đã hiển lộ rõ ràng nơi ngài trong mười hai cách xuất phát từ ba trí: sự thực trí, phận sự trí, và dĩ tác trí liên quan đến mỗi trong tứ đế, ngài thừa nhận đã đạt đến, đã chứng đắc Chánh Đẳng Giác, đã giác ngộ viên mãn Phật Quả tối thượng. Lời tuyên bố này được đưa ra không chỉ cho vùng đó, cho phần thế giới đó mà cho toàn vũ trụ với những vị chư thiên quyền lực có trí tuệ sắc bén của nó, với những ma-vương thù nghịch với chánh Pháp của nó, và với các vị Phạm Thiên quyền lực hơn, trí tuệ hơn, của nó. Tất nhiên điều đó cũng có nghĩa là cho toàn thế giới nhân loại với những sa- môn và bà-la-môn đa văn, học rộng của nó, với các đấng quân vương và thần dân của nó nữa.

Lời tuyên bố này cũng là lời mời công khai bất kỳ vị chư thiên, ma vương, phạm thiên nào có tâm hoài nghi, hay bất kỳ sa-môn, bà la môn, vua chúa, hoặc người có trí nào hoài nghi muốn thẩm tra, xét hỏi lời tuyên bố của ngài và đó cũng là một lời bảo đảm sẽ đưa ra những câu trả lời thoả mãn cho những câu hỏi truy tìm sự thực của họ. Quả thực đây là lời tuyên bố rất can đảm và nghiêm túc không tạo ra một cách hấp tấp, vội vàng, không có sự xác chứng thích đáng, mà chỉ sau khi ngài đã tự mình thẩm xét, và đoan chắc bằng sự hồi quan phản khán (để biết) rằng ngài đã thực sự đạt đến Phật Quả.

LỜI TUYÊN BỐ KẾT LUẬN

Ñāṇañca pana me dassanaṃ udapādi – ‘ akuppā me vimutti [cetovimutti (sī. pī.)], ayamantimā jāti, natthidāni punabbhavo ’’’ ti.

(“Tri kiến khởi lên nơi Ta: "Bất động là tâm giải thoát của Ta. Đây là đời sống cuối cùng, nay không còn tái sanh nữa").

(“Quả thực tri kiến đã khởi lên nơi ta: Bất động là tâm giải thoát của ta, (Sự giải thoát khỏi các phiền não của ta được thành tựu nhờ A-la-hán Thánh Đạo và Thánh Quả; chứ không phải bằng sự đè nén (vikkhambhana 鎮伏*, trấn phục), tức đè nén bằng thiền sắc (rūpa jhāna) và vô sắc (arūpa jhāna). Đó chính là sự đoạn trừ không còn dư tàn, sự chặt đứt gốc rễ của phiền não (kilesā), một sự giải thoát đưa đến an tịnh hoàn toàn. Do đó, ngài biết, nhờ suy xét, rằng sự giải thoát ấy là bất động, bất khả huỷ diệt.) “Đây là kiếp sống cuối cùng; không*

còn sự tái sanh nào nữa đối với ta. Này các Tỳ-kheo, tri kiến đã khởi lên nơi ta như vậy,” ngài kết luận.

Trong lời tuyên bố kết luận trên, ***“Bất động là tâm giải thoát của ta”*** hàm ý rằng sự giải thoát của ngài không giống như sự giải thoát có được bằng thiền sắc *(rūpa jhāna)* và vô sắc *(arūpa jhāna),* vốn có thể bị hoại trở lại. Những người đạt đến giai đoạn thiền sắc và vô sắc thoát khỏi các phiền não như ham muốn nhục dục *(kāmachanda),* sân hận *(vyāpāda)*…Những phiền não này tạm thời lắng yên và bị đè nén trong họ. Nhưng khi những thiền chứng của họ bị hư hỏng, ham muốn nhục dục và sân hận của họ xuất hiện trở lại. Nói chung thiền *(jhana)* chỉ trấn áp các phiền não, *vikkhambhana.* Sự giải thoát mà Đức Phật đạt được là loại tuyệt diệt giải thoát *(samuccheda vimutti)*, đoạn trừ hoàn toàn các phiền não không còn chút tàn dư nào, và thuộc loại tịnh chỉ giải thoát *(paṭipassaddhi vimutti),* làm lắng yên, làm cho yên tịnh tiềm lực của các phiền não này. *Samuccheda vimutti* hay tuyệt diệt giải thoát là sự giải thoát bằng A-la-hán thánh đạo trí, đoạn trừ không còn dư tàn mọi phiền não trong khi *paṭipassaddhi vimutti* hay tịnh chỉ giải thoát là sự giải thoát bằng A-la-hán thánh quả trí, lại làm lắng xuống tiềm lực của mọi phiền não. Những giải thoát này vẫn giữ nguyên không bị thay đổi và huỷ diệt. Chính vì thế Đức Thế Tôn đã nói. “Bất động là sự giải thoát của ta.”

Hơn nữa sau khi đã đoạn trừ tham ái hay gọi cách khác là tập đế *(samudaya saccā)* bằng A-la-hán thánh đạo, Đức

Thế Tôn hoàn toàn thoát khỏi tham ái có thể tạo ra một sự hiện hữu mới. Đối với các chúng sanh hãy còn bị chất nặng với tham ái, sau khi chết từ một hiện hữu này sẽ tái sanh trong một hiện hữu kế, bám chặt vào một trong những đối tượng, nghiệp *(kamma),* nghiệp tướng *(kamma nimitta),* hoặc thú tướng *(gati nimitta),* xuất hiện vào lúc cận tử của họ. Nói chung, đối với những chúng sanh chưa dứt hết tham ái, luôn luôn có tái sanh, luôn luôn cớ sự hiện hữu mới. Đức Bồ Tát cũng đã trải qua nhiều kiếp tái sanh. Vì vậy vào lúc bắt đầu của Phật Quả, Đức Thế Tôn suy xét:

"Lang thang bao kiếp sống
Ta tìm nhưng chẳng gặp,
Người xây dựng nhà này,
Khổ thay, phải tái sanh."

"Ôi! Người làm nhà kia
Nay ta đã thấy ngươi!
Ngươi không làm nhà nữa.
Đòn tay ngươi bị gãy,
Kèo cột ngươi bị tan
Tâm ta đạt tịch diệt,
Tham ái thảy tiêu vong."

("Trải bao kiếp tái sanh ta đã đi tìm Kẻ Xây Ngôi Nhà (Taṇhā) này nhưng vô vọng, bởi vì ta không được trang bị với con mắt của A-la-hán thánh đạo trí, (aneka jāti saṃsāraṃ sandhāvissaṃ). Giờ đây, với sự chứng đắc nhất thiết tri trí (sabaññutāñāṇa 一切知智) *cùng với A-la-hán thánh đạo, ta đã tìm thấy*

ngươi. Hỡi này, người thợ xây, tham ái, ngươi sẽ không bao giờ xây được căn nhà (ngũ uẩn) này nữa.")

Bằng cách này, Đức Thế Tôn đã đưa ra một sự giải thích về trí hồi quan hay phản khán của ngài. Mặc dù sự hiện hữu mới đối với Đức Thế Tôn không còn nữa vì không còn tham ái, song ngài vẫn phải sống kiếp sống hiện tại vốn do tham ái *(taṇhā)* sinh ra trước khi có sự đoạn trừ của nó. Với tuệ phản khán ngài nói, ***"Đây là kiếp cuối cùng của ta. Không còn sự tái sanh nào nữa đối với ta."*** Đây là những lời kết của bài Kinh Chuyển Pháp Luân *(Dhammacakka Sutta).*

VẤN ĐỀ CẦN SUY XÉT

Nghiên cứu cẩn thận bài Kinh Chuyển Pháp Luân, bắt đầu với *"dveme, bhikkhave, antā pabbajitena na sevitabbā..."* (Có hai cực đoan này, này các Tỷ-kheo, một người xuất gia không nên thực hành theo…) và kết thúc với những chữ *"ayamantimā jāti, natthidāni punabbhavo"* (đây là đời sống cuối cùng, nay không còn tái sanh nữa) cho chúng ta thấy rằng bài kinh đề cập đến đạo lộ Đức Thế Tôn đã bước đi, các pháp *(dhamma)* ngài đã khám phá ra và ngài đã khám phá ra chúng như thế nào. Mặc dù những chi tiết về việc thực hành đạo lộ được đề cập rất ít theo cách trực tiếp; chỉ có những dòng mở đầu "không nên đắm chìm trong hai cực đoan" truyền đạt một loại chỉ dẫn thực tiễn nào đó phải hành theo. Do đó vấn đề cần suy xét là các vị đệ tử đầu tiên của Đức

Phật đã đạt đến thắng trí thuộc thánh đạo và thánh quả như thế nào, bằng những pháp môn thực hành ra sao và họ đã đạt đến mục đích cuối cùng của họ theo cách nào. Vấn đề này chúng tôi sẽ giải thích như sau:

THẮNG TRÍ DÀNH CHO NHỮNG NGƯỜI NGHE PHÁP

Trong những bài pháp do Đức Phật giảng dạy, dù không có những chỉ dẫn rõ ràng như "Hãy thực hành theo cách này; hãy ghi nhớ trong tâm theo cách nọ," song những lời dạy của ngài phải được xem như chứa đựng những lời khuyến giáo và hướng dẫn thực tiễn về những gì cần phải hành theo, và những gì cần phải tránh. Theo các bậc cổ đức, *"Mỗi lời của Đức Phật đều mang theo một huấn thị."* Để chứng minh, chúng ta hãy xét đoạn kinh:

Asevanā ca bālānaṃ
Paṇḍitanañca sevanā
Pujā ca pujaniyānaṃ
Etaṃ maṅgalamuttanaṃ
(Không thân cận kẻ ngu,
Gần gũi bậc hiền trí.
Kính lễ bậc đáng kính
Là phúc lành cao thượng.)

Bài kệ nằm trong Kinh Hạnh Phúc *(Maṅgala Sutta)* này chỉ kể ra ba điều hạnh phúc, đó là *"Không thân cận kẻ ngu dốt, hãy gần gũi bậc hiền trí, kính lễ bậc đáng kính, đây là*

những hạnh phúc cao thượng." Trong bài kệ này, không có sự khuyến giáo trực tiếp về những hạng người nào không nên gần gũi, những người nào nên thân cận và nên kính lễ những ai. Tuy nhiên, nó vẫn được xem như một sự khuyến giáo. Cũng vậy, chúng ta không tìm thấy bất kỳ một sự khuyến giáo, hay huấn từ trực tiếp nào trong Kinh Chuyển Pháp Luân. Đức Thế Tôn chỉ nói đơn giản, *"Tránh xa hai pháp hành cực đoan, Như Lai đã khám phá ra Trung Đạo một cách sâu sắc."* Điều này phải được xem như muốn nói, *"Giống như ta, các ngươi phải tránh hai cực đoan và đi theo pháp hành trung đạo."*

Khi nói "Trung đạo dẫn đến nhãn (sanh),…" thì đơn giản phải xem như, *"Nếu các người tu tập theo trung đạo, nhãn cũng sẽ sanh khởi trong các người; thắng trí cũng sẽ đến với các người, các người sẽ có được những lợi ích cho đến khi chứng ngộ Niết Bàn."* Khi ngài kể ra bát thánh đạo, điều đó phải được xem như ngài đang đưa ra những chỉ dẫn nhằm thúc đẩy giới đạo *(sīla magga)*, định đạo *(samādhi magga)*, và tuệ đạo *(paññā magga)*.

Kế tiếp, sự định nghĩa về khổ đế *(dukkha saccā)* phải được xem như những chỉ dẫn để người ta gắng sức hiểu khổ đế một cách toàn diện. Cũng vậy, cần phải hiểu rằng, những gì ngài dạy về tập đế (nhân sanh của khổ) cũng là một chỉ dẫn để loại trừ nó; còn diệt đế và đạo đế phải được xem như những chỉ dẫn để tu tập (đạo đế) và chứng ngộ (diệt đế) vậy.

Sau đó, khi ngài dạy về bốn sự thực trí *(saccā ñāṇa)*, điều này phải được xem như ngài đang khuyến giáo rằng hãy

nỗ lực để đạt đến bốn sự thực trí liên quan đến tứ đế; rồi khi ngài dạy về bốn phận sự trí *(kicca ñāṇa)* thì đó cũng là một chỉ dẫn để hiểu khổ đế bằng cách quán các hiện tượng vô thường, khổ, vô ngã. Điều này quả thực rất hiển nhiên. Khi Đức Phật mô tả nó là một pháp cần phải hiểu biết một cách đúng đắn và toàn diện (tuệ tri), rõ ràng điều ấy có nghĩa rằng một nỗ lực phải được thực hiện để thành tựu sự tuệ tri khổ đế. Khổ Đế đã được giải thích trước đây như bao gồm sanh là khổ,…chấp thủ năm uẩn là khổ, tự chúng thể hiện trong thân khi thấy, nghe,…Như vậy có thể hiểu rằng điều ấy có nghĩa là phải quán tính chất vô thường bằng cách ghi nhận mọi trường hợp thấy, nghe…

"Đạo đế là con đường phải được tu tập" muốn nói đến sự tu tập bằng cách ghi nhận từng hiện tượng thấy, nghe…Tương tự "tập đế phải được đoạn trừ" hàm ý 'tham ái' phải được dập tắt bằng cách quán khổ đế. "Diệt đế là pháp phải được chứng ngộ" muốn nói rằng sau khi đã tuệ tri khổ đế, qua việc quán và tu tập minh sát đạo *(vipassanā magga)*, cuối cùng diệt đế sẽ được chứng ngộ.

Khi Đức Phật nói với mọi người rằng ngài đã tuệ tri những gì cần phải được tuệ tri bằng cách tu tập theo trung đạo hay bát thánh đạo như thế nào, thính chúng của ngài liền hiểu rằng họ cũng sẽ phải tuệ tri những gì cần phải tuệ tri bằng sự tu tập theo trung đạo như vậy. Điều này cũng giống như một người kể lại việc họ đã chữa lành chứng bệnh của mình bằng cách dùng một loại thuốc hiệu quả nào đó. Những

người có cùng chứng bệnh sẽ hiểu ra rằng họ cũng có thể chữa lành chứng bệnh của họ bằng loại thuốc tương tự như vậy.

Thính chúng của Đức Phật thời đó gồm những người đã hoàn thành các ba-la-mật để đạt đến tri kiến cao thượng bằng cách nghe bài pháp đầu tiên của Đức Phật. Nói chung họ đã ở trong cái thế sẵn sàng hiểu được những gì ngài muốn nói. Do đó, có thể hiểu rằng (khi Đức Phật thuyết pháp) họ liền quán trên khổ đế ngay sát-na chúng xảy ra, tu tập minh sát trí *(vipassanā ñāṇa)* theo tuần tự, và cuối cùng chứng ngộ Niết Bàn bằng phương tiện bốn thánh đạo.

Chắc chắn, những người đang ngồi nghe hôm nay cũng vậy, nhờ quán trên khổ đế, bằng cách ghi nhận hiện tượng sanh và diệt, sẽ tuệ tri tứ đế đúng như chúng phải được tuệ tri và chứng đắc tri kiến cao thượng của thánh đạo và thánh quả.

Hiểu được bài pháp theo như cách tôi vừa giải thích, một trong những thính chúng có mặt khi Đức Phật thuyết bài pháp đầu tiên, Tôn-giả Kiều Trần Như *(Koṇḍañña)*, đã ghi nhận được mọi hiện tượng nghe, biết, cảm giác thành kính và vui mừng, cảm giác hoan hỷ, sự xúc chạm, hay sự thấy… xuất hiện đối với vị ấy vào sát-na sanh, phát triển minh sát đạo và chứng đắc đao quả nhập lưu *(sotāpatti)*. Vị ấy đã chứng ngộ đạo quả nhập lưu như thế nào sẽ là đề tài thảo luận của chúng tôi lát nữa đây.

Mười tám *Koṭi* (kô-ti)[14] Phạm Thiên cũng thành tựu sự chứng ngộ tương tự. Theo Kinh Mi-Tiên *(Milinda Pāḷi),* vô số chư thiên dục giới *(kāmāvācara)* cũng hành thiền theo cách này và đạt đến tri kiến cao thượng của thánh đạo và thánh quả. Do tất cả những chúng sanh này đã phát triển ba-la-mật đủ để tiếp nhận pháp và đạt đến tri kiến cao thượng và do Đức Phật đã bao quát hết tất cả pháp mà ngài sẽ giảng dạy, Đức Phật đã kết luận bài kinh bằng những từ như vừa trích dẫn ở trên. Các vị trùng tuyên kinh điển ở kỳ Kết Tập lần Thứ Nhất đã giữ lại sự giải thích về phần cuối của bài pháp này và cách nhóm năm vị Tỳ-kheo (Kiều Trần Như) được bài pháp làm cho hoan hỷ bằng những lời như sau:

NHỮNG LƯU GIỮ CỦA SANGHĀYANĀ TRONG CUỘC KẾT TẬP LẦN THỨ NHẤT

Idamavoca bhagavā. Attamanā pañcavaggiyā bhikkhū bhagavato bhāsitaṃ abhinandunti.

(Thế Tôn thuyết giảng như vậy, Chúng năm Tỷ-kheo hoan hỷ, tín thọ lời Đức Thế Tôn dạy.)

Các vị Trưởng Lão của cuộc Kết Tập lần Thứ Nhất cũng ghi lại cách Tôn-giả Kiều Trần Như đạt đến tri kiến cao thượng như vậy.

---

[14] 1 Koṭi=10 triệu, 18 kô-ti= mười tám triệu.

Imasmiñca pana veyyākaraṇasmiṃ bhaññamāne āyasamato koṇḍaññassa virajaṃ vītamalaṃ dhammacakkhuṃ udapādi – " yaṃ kiñci samudayadhammaṃ, sabbaṃ taṃ nirodhadhamma " nti.

(Trong khi lời dạy này được tuyên bố, Tôn giả Kondanna đã khởi lên pháp nhãn thanh tịnh, không cấu uế hay gọi cách khác là nhập lưu thánh đạo trí (sotāpatti magga ñāṇa), như sau: "Phàm pháp nào có bản chất sanh, pháp ấy cũng có bản chất diệt".)

Điều đáng lưu ý ở đây là: Trong khi bài kinh này được thuyết giảng hay vừa được thuyết giảng xong, pháp nhãn hay nhập lưu thánh đạo trí đã khởi lên cho Tôn Giả Kiều Trần Như. Nói tóm lại, kỳ Kết Tập lần Thứ Nhất cho rằng Tôn Giả Kiều Trần Như đã trở thành một bậc thánh nhập lưu nhờ chứng đắc đạo quả nhập lưu. Và điều này xảy ra khi nào? Ngài đã đắc nó trong lúc *"Đức Thế Tôn đang giảng giải bài kinh."* Đây là cách dịch chính xác về thì *(tense)* theo văn phạm như đã được ghi lại trong kinh, đó là, *bhanamāne, bhaniyamāne*. Phụ chú giải *Sāratta Dipānī* chép lại đúng theo thì ấy. Tuy nhiên, chú giải Vô Ngại Giải Đạo lại thích dùng thì hoàn thành *(perfect tense)*, tức thì quá khứ gần với thì hiện tại, *bhanite*, có nghĩa là 'sau khi đã được Đức Thế Tôn đã giảng giải xong.' Chúng tôi đã dịch theo cách tương tự, nghĩa là 'khi bài kinh vừa được giảng giải xong'.

TÔN GIẢ KIỀU-TRẦN-NHƯ ĐÃ ĐẮC TRI KIẾN CAO THƯỢNG TRONG KHI NGHE PHÁP NHƯ THẾ NÀO

Tôn Giả Kiều Trần Như có thể đã tu tập Bát Thánh Đạo và đắc đạo quả nhập lưu lúc Đức Phật đang nói về Trung Đạo hay Bát Thánh Đạo trong thời pháp của ngài. Khi Đức Phật nói về tứ Thánh Đế cũng vậy, có thể vị này đã quán trên đó để biết những gì cần phải được biết và đạt đến tri kiến cao thượng của thánh đạo và thánh quả. Đặc biệt khi Tôn Giả nghe Đức Phật nói rằng khổ đế phải được tuệ tri và đạo đế phải được tu tập, rất có thể ngài đã quán trên khổ đế hay năm thủ uẩn và nhờ tu tập minh sát đạo, ngài đã đắc tri kiến cao thượng thuộc đạo quả nhập lưu.

Còn về việc quán khổ, bằng cách ghi nhận âm thanh của pháp ở mỗi sát-na nghe, Tôn Giả đã biết được thực tại đúng như thực cũng như bản chất vô thường, khổ, và vô ngã của chúng, và tu tập Bát Thánh Đạo theo cách này. Khi sự cảm kích sâu lắng về ý nghĩa của bài pháp khởi lên, ngài cũng quán trên đó. Sự cảm kích pháp và sự cảm kích âm giọng thuyết pháp (của Đức Phật) cũng có thể được ngài ghi nhận ngay lúc nó xuất hiện. Hân hoan đi liền sau sự cảm kích, và hỷ *(pīti)* cùng sanh với nó cũng được quán. Điều hoàn toàn có thể xảy ra là hỷ đã được ngài dùng như một đối tượng cho sự quán của ngài. Kinh điển Pāḷi thường đề cập rằng, vào khoảnh khắc khi mà tâm đã được sửa soạn thích hợp, mềm mại, nhu nhuyến, thoát khỏi các triền cái, phấn

chấn và hân hoan, đầy đủ niềm tin và lòng mộ đạo, nhiều người đã đắc tri kiến cao thượng khi nghe bài kinh về tứ thánh đế này. Bát Thánh Đạo cũng được tu tập bằng cách ghi nhận những gì đang xảy ra trong thân, những cảm thọ khổ hay cảm thọ lạc trong thân, và bằng cách quán trên hành động cung kính đảnh lễ Đức Phật.

Thấy, nghe,…đã đề cập ở trên đối với danh (*nāma)* và sắc *(rūpa)* đang sanh trong hiện tại không chỉ là *paññatti* (chế định pháp), không chỉ là những từ ngữ hay tên gọi; mà chúng là chân đế pháp *(paramattha dhammas),* những thực tại tối hậu vốn thực sự hiện hữu, thực sự xảy ra. Các thủ uẩn cũng là những thực tại. Khổ đế cần phải tuệ tri cũng là một thực tại, *paramattha dhamma.* Khi ghi nhận các hiện tượng, hợp theo lời dạy trong kinh rằng khổ đế phải được tuệ tri, thì khổ đế phải được tuệ tri qua sự hiểu biết bản chất vô thường, khổ, và vô ngã của chúng. Mỗi lần tuệ tri theo cách này, tham ái vốn có thể sanh sẽ không có cơ hội để sanh do khái niệm thường, lạc, ngã, tịnh đã bị diệt trừ. Đây là sự đoạn trừ tạm thời của tập đế *(samudaya).*

Si mê hay vô minh không hiểu biết về đối tượng quán cùng với phiền não *(kilesā),* nghiệp *(kamma)* và quả *(vipāka)* có thể sanh cùng với nó sẽ biến mất và diệt với mỗi sát-na ghi nhận. Đây là sự diệt tạm thời được thành tựu với mỗi sát-na ghi nhận. Tất nhiên minh sát đạo cũng đã được tu tập ở mỗi sát-na quán này. Như vậy, bằng việc ghi nhận những gì được thấy, nghe…trong lúc ấy, Tôn Giả Kiều-Trần-Như đã phát

triển minh sát biết tứ Đế đúng như nó phải được biết và đạt đến đạo quả nhập lưu trong khi đang nghe bài kinh Chuyển Pháp Luân; hay nói cách khác vị ấy đã trở thành một bậc thánh nhập lưu nhờ chứng đắc thánh đạo và thánh quả tu-đà-hoàn ngay khi chấm dứt bài kinh.

THÁNH ĐẠO TRÍ VÔ TRẦN VÀ LY CẤU NHƯ THẾ NÀO

Nhập lưu trí *(sotāpanna ñāṇa)* mà Tôn Giả Kiều-Trần-Như đắc được ca ngợi trong kinh như vô trần và ly cấu. Sẽ là điều thích hợp để suy xét xem nhập lưu trí này vô trần và ly cấu ra sao. Phụ chú giải *Sāratta Dīpanī* nói: Vô trần có nghĩa là thoát khỏi bụi và chất dơ của tham dục *(rāga)* vốn sẽ dẫn đến bốn ác đạo; ly cấu là thoát khỏi những phiền não của tà kiến *(diṭṭhi)* và hoài nghi *(vicikicchā)*. Đây là một sự mô tả có tính cách bóng bẩy về các phiền não đã bị nhập lưu đạo huỷ diệt. Nhưng chú giải Vô Ngại Giải Đạo xem cả hai, bụi cũng như phiền não đều là tham dục *(rāga)*. Tham dục có khuynh hướng che đậy, bao phủ và vì vậy nó cũng giống như chất bụi. Lại nữa, tham dục giống như những chất bất tịnh hay phiền não vì nó làm hư hỏng và đem lại sự huỷ diệt.

Ở đây một sự suy xét khác phát sanh: Phải chăng "thoát khỏi bụi trần và phiền não" có nghĩa là a) pháp nhãn hay thánh đạo trí khởi lên không đi kèm bụi trần và phiền não; hay b) bụi trầnvà phiền não không cản trở hoặc gây trở ngại cho thánh đạo trí nhờ thế Niết-Bàn có thể được thấy?

Tuy nhiên, cần phải nhớ rằng thánh đạo (magga) không bao giờ phối hợp với phiền não. Do đó, hiển nhiên rằng ở đây không ám chỉ thánh đạo không đi kèm bụi và phiền não. Như vậy "thoát khỏi bụi trần và phiền não" phải được hiểu theo nghĩa 'không cản trở hay gây chướng ngại cho thánh đạo trí.'

Đây là cách vượt qua các triền cái: trong khi kiến và nghi, sẽ bị huỷ diệt bằng nhập lưu thánh đạo, thì tham dục vốn sẽ dẫn đến các cõi khổ, vẫn còn hiệu lực, bất chấp thiền minh sát, Niết-bàn vẫn chưa được thấy bằng phương tiện nhập lưu trí. Nó cũng giống như sự không có khả năng thấy vì có cườm trong mắt vậy. Nhưng khi minh sát trí *(vipassanā ñāṇa)* đã được hoàn thành viên mãn, và có sức mạnh, kiến, nghi và tham dục vốn sẽ dẫn đến các cõi khổ sẽ bị suy yếu đi, chúng không còn cản trở việc thấy Niết-bàn nữa, cũng như khi lớp cườm mỏng bớt đi nó không còn che phủ hoàn toàn thị lực được nữa. Lúc đó nhập lưu thánh đạo trí có thể thấy rõ và chứng ngộ Niết-bàn. Khả năng thấy rõ và chứng ngộ Niết-bàn này được mô tả như "vô trần, *(virāga -ly tham*); ly cấu *(vitamala).*

Chỉ sau khi minh sát đã làm hết sức diệt trừ của nó Thánh đạo trí mới đoạn trừ (phiền não)

Sự giải thích ở trên hợp với cách mô tả bóng bẩy về "pháp nhãn" và với sự giải thích trong Thanh Tịnh Đạo cũng như Mahāṭika, vốn tuyên bố rằng đạo trí siêu thế đoạn trừ không còn dư tàn chỉ những phiền não đã được minh sát trí hiệp thế làm suy yếu đến mức tối đa.

THÁNH ĐẠO TRÍ TIẾN HOÁ TỪ MINH SÁT TRÍ

Đặc biệt phải lưu ý ở đây rằng đạo trí siêu thế không phải từ không mà có. Cũng như tâm kế tiếp sanh lên từ tâm đi trước như thế nào thì theo tính đồng nhất, đạo trí cũng có thể nói là sanh lên từ minh sát trí. Như vậy những phiền não như (tà) kiến, hoài nghi,…vốn đã bị minh sát trí làm cho suy yếu không thể nào còn ngăn che việc thấy Niết-bàn được nữa. Bằng nhưng từ "vô trần, ly cấu" kinh muốn nói tới sự không còn khả năng ngăn che Niết-bàn của tham dục *(rāga)*, v.v này nữa vậy.

Kinh Brahmāyu, một bài kinh thuộc Trung Bộ *(Majjhima Paṇṇāsa)* mô tả ba đạo thấp (tu-đà-hoàn, tư-đà-hàm, a-na-hàm) là pháp nhãn *(dhamma cakkhu)*. Tuy nhiên, cũng trong Trung Bộ Kinh, bài Kinh Giáo Giới La-Hầu-La, thì cả bốn đạo và bốn quả đều được mô tả như pháp nhãn. Do đó, khi những chứng đắc cao hơn này được tuyên bố như "vô trần, ly cấu," thì điều đó có nghĩa rằng *kāma* (dục), *rāga* (tham) và *vyāpāda* (sân) đã bị minh sát trí làm cho suy yếu đến mức không thể nào còn ngăn che việc thấy Niết-bàn được nữa. Sở dĩ chúng tôi phải tốn sức đào sâu vào những điểm này là để làm cho mọi người hiểu một cách dễ dàng rằng thánh đạo trí không từ không mà có, mà tiến hoá từ minh sát trí nhờ các điều kiện đã đầy đủ *(pakatupanissaya, thường cận y duyên, trợ giúp bằng cách thường làm trở thành thói quen).*

Câu hỏi có thể phát sanh là: pháp nhãn hay nói cách khác nhập lưu thánh đạo trí này khởi lên như thế nào? Trí này khởi lên do nhận thức được rằng ***"pháp nào có bản chất sanh thời cũng có bản chất diệt."*** Về vấn đề này, có hai cách nhận thức. Vào sát na sanh diệt trí *(udayabbaya ñāṇa)* phát triển, nhìn thấy các hiện tượng sanh lên và diệt ngay lập tức, người hành thiền ngộ ra rằng những gì sanh lên đều phải tan hoại. Đây là sự nhận thức bằng minh sát trí *(vipassanā ñāṇa)*. Khi hành xả trí *(saṅkharūpakkhā nāṇa)* được thiết lập đầy đủ, trong lúc ghi nhận tiến trình hoại diệt liên tục của danh *(nāma)* và sắc *(rūpa)*, người hành thiền sẽ đến một giai đoạn ở đây danh, sắc và các hành xuất hiện để rồi tan biến vào một trạng thái diệt hoàn toàn. Đây là sự nhận thức trạng thái tịnh lạc của Niết-bàn bằng chứng ngộ thực sự, khi tất cả mọi hiện tượng sanh lên đều đi đến sự diệt hoàn toàn. Đây gọi là sự nhận thức bằng thánh đạo trí *(ariya magga ñāṇa)*.

Pháp nhãn hay nhập lưu trí được phát triển bằng loại nhận thức thứ hai. Vì lý do đó, khi tất cả các hành danh và sắc đều tan biến vào một trạng thái diệt hoàn toàn, sự chứng đắc nhập lưu thánh đạo đã được biểu lộ một cách rõ ràng. Một khi đã chứng ngộ bằng nhập lưu trí, tri kiến vốn nhận thức rằng "các pháp sanh để rồi diệt" tồn tại một cách vững chắc, không gì có thể lay chuyển (bất động). Chính vì vậy, Kinh Giáo Giới La-Hầu-La mới mô tả sự chứng ngộ của tất cả bốn đạo trí với cùng những từ "pháp nhãn vô trần, ly cấu

đã khởi lên: rằng các pháp có bản chất sanh đều có bản chất diệt."

Tất cả danh sắc đều diệt khi Niết-bàn trở thành đối tượng của đạo trí *(magga ñāṇa)*.

Chú giải Cūlaniddesa tuyên bố rằng: "Bằng phương tiện nhập lưu trí, bốn tâm tương ưng tà kiến *(diṭṭhi sampayutta)*, và một tâm sanh cùng với hoài nghi *(vichikiccāsahagata)*, cả năm tâm bất thiện này đều diệt," song có số người lại dạy hoặc viết sách cố gắng bác bẻ lại lời tuyên bố này. "Vào sát-na nhập lưu đạo và nhập lưu quả, tất cả danh-sắc và các hành được nhận thức đã diệt." Dường hư họ cho rằng "đối tượng của đạo quả nhập lưu chỉ là sự diệt của năm tâm bất thiện này. Đây là một quan niệm rất sai lầm, lý do đơn giản là Niết-bàn không phải là sự diệt một phần của bất thiện *(akusala)*, cũng không phải là sự diệt một phần của các pháp danh-sắc. Thực sự như vậy, Niết-bàn có nghĩa là sự diệt hoàn toàn của tam luân *(vatta)*, đó là phiền não luân, nghiệp luân, và quả luân, sự diệt hoàn toàn của tất cả các hành danh và sắc, tất cả các pháp hữu vi. Như vậy đối với câu hỏi "thánh đạo lấy gì làm đối tượng của nó?" câu trả lời sẽ là thánh đạo có đối tượng của nó là Niết-bàn, và Niết-bàn như vừa giải thích, là sự diệt hoàn toàn của tất cả danh-sắc hữu vi. Như vậy, sự quả quyết cho rằng, *"Vào sát na chứng đạo quả nhập lưu, người ta chỉ nhận thức sự lao vào diệt của đối tượng biết cũng như tâm hay biết,"* là một lời tuyên bố có căn cứ về những gì đã được qua sát thực sự.

Một nghiên cứu cẩn thận về bài kinh Ajita trong Pārāyana vagga mà sự giải thích đã được đưa ra trong chú giải Cūlaniddesa vừa nói, sẽ hé lộ cho chúng ta thấy lời tuyên bố ở đây: *"Trong trạng thái bình yên của Niết-bàn này tất cả danh và sắc đều diệt."* Hơn nữa, nếu đặt vấn đề, "Niết-Bàn là đối tượng của nhập lưu đạo có giống như Niết-bàn là đối tượng của các đạo cao hơn khác hay không?" câu trả lời sẽ là ***"Có, hoàn toàn như nhau, không có gì khác cả."*** Nếu nhập lưu đạo lấy sự diệt của năm tâm bất thiện là đối tượng của nó và các đạo khác lấy sự diệt của các tâm tương ứng mà chúng đã diệt, thời các đối tượng của bốn đạo sẽ là bốn Niết-bàn khác nhau. Tuy nhiên, không có sự khác nhau như vậy và do đó hiển nhiên rằng đối tượng của tất cả bốn đạo chỉ là một Niết-bàn duy nhất mà thôi.

Vì những lý do chúng tôi vừa nêu này, lời tuyên bố *"đối tượng của nhập lưu đạo chỉ là sự diệt của năm tâm bất thiện"* là một quan niệm hoàn toàn sai lầm.

Sở dĩ chúng tôi phải nói ra ngoài đề tài chính một chút là nhằm chỉ ra một số những quan niệm sai lầm cho mọi người thấy. Bây giờ tôi sẽ trở lại với đề tài chính bằng cách lập lại ý nghĩa của đoạn Kinh:

"Trong lúc bài pháp đang được thuyết giảng hay vừa được thuyết giảng xong, pháp nhãn vô trần, ly cấu hay gọi cách khác nhập lưu thánh đạo trí đã khởi lên cho Tôn-giả Kiều Trần Như, ***"Pháp nào có bản chất sanh pháp ấy có bản chất diệt."***

PHẢI CHĂNG ĐẮC ĐẠO TRÍ LÀ NHỜ BIẾT THƯỞNG THỨC BÀI KINH?

Đây là một điểm cần tranh luận. Phải chăng đó là một sự thực? rằng trong đoạn kinh vừa dẫn, không hề đề cập đến việc Tôn-giả Kiều Trần Như đã tiến hành tu tập minh sát. Nói khác hơn kinh chỉ nói rằng pháp nhãn đã khởi lên trong lúc Đức Thế Tôn đang thuyết giảng hay vừa thuyết giảng xong bài kinh. Như vậy, liệu có thể nói rằng nhập lưu thánh đạo trí phát triển là do biết thưởng thức và hoan hỷ với bài kinh không? Trong trường hợp đó, tất cả những chi tiết về cách Tôn-giả Kiều Trần Như đã tự mình tiến hành tu tập minh sát là thực sự thừa thãi. Đây là một điểm cần tranh luận.

Những chi tiết hoàn toàn không thừa thãi. Chính trong Kinh Chuyển Pháp Luân đã nói rõ rằng bát thánh đạo phải được tu tập. Ngoài ra, sự giải thích của chú giải về chánh định *(sammādiṭṭhi)* cũng nói rằng khổ đế *(dukkha saccā)* và tập đế *(samudaya saccā)* phải được tuệ tri bằng cách quán trên chúng, và chỉ khi đạo đi trước hay minh sát đạo đã được hoàn thành đầy đủ thánh đạo trí mới khởi lên. Chú giải cũng xác định rõ là không quán bất kỳ một trong bốn niệm xứ (thân, thọ, tâm, và pháp), thì chắc chắn không thể nào đạt đến minh sát tuệ *(vipassanā paññā)* và thánh đạo tuệ *(ariya paññā)*. (Tham khảo lại Phần Ba của tập sách này). Kinh điển Pāḷi cũng nói rõ rằng chánh niệm đạo *(sammā sati magga)* chỉ có thể phát triển bằng sự tu tập tứ niệm xứ.

Vì những lý do này, chúng ta có thể tin chắc rằng không tu tập minh sát đạo thì thánh đạo không thể nào phát sanh. Những chi tiết này được đưa ra để làm cho mọi người dễ hiểu hơn việc thiền minh sát có thể được tu tập trong lúc nghe pháp như thế nào. Do đó, phải chấp nhận rằng, nhờ hành theo một trong những pháp môn thiền đã giải thích ở trên Tôn-giả Kiều Trần Như đã lập tức đắc đạo quả nhập lưu.

Sau khi đã mô tả việc Tôn giả Kiều Trần Như đắc nhập lưu thánh đạo trí, các vị Trưởng lão của kỳ kết tập lần thứ nhất tiếp tục mô tả cách bài Kinh Chuyển Pháp Luân được ca ngợi.

CHƯ THIÊN VÀ PHẠM THIÊN CA NGỢI

Pavattite ca pana bhagavatā dhammacakke bhummā devā saddamanussāvesuṃ – ‘‘ etaṃ bhagavatā bārāṇasiyaṃ isipatane migadāye anuttaraṃ dhammacakkaṃ pavattitaṃ appaṭivattiyaṃ samaṇena vā brāhmaṇena vā devena vā mārena vā brahmunā vā kenaci vā lokasmi’ nti.

(Nay vô thượng Pháp luân này được Thế Tôn ở Ba-la-nại, chỗ chư Tiên đọa xứ, tại Vườn Nai, chuyển vận một Pháp luân chưa từng được ai chuyển vận, dù co đó là một Sa-môn, Bà-la-môn, chư Thiên, Ma vương, Phạm thiên, hay bất cứ một ai ở đời".)

Điều đáng lưu ý là: Khi Đức Thế Tôn vận chuyển Bánh Xe Pháp (Pháp Luân, theo chú giải, có nghĩa là

paṭivedha ñāṇa, tuệ thể nhập và tri kiến hiểu biết về cách làm thế nào để phổ biến pháp và cần phổ biến những gì, *desanā ñāṇa.* Như vậy, dạy bài Kinh Chuyển Pháp Luân có nghĩa là vận chuyển bánh xe Pháp.) Nói cách khác, khi Đức Thế Tôn thuyết giảng bài Kinh Chuyển Pháp Luân, các vị chư Thiên trên Địa Cầu *(Bhumā devas)* đã đồng thanh công bố:

"Vô thượng Pháp luân (bài kinh Chuyển Pháp Luân vô song) đã được Thế Tôn vận chuyển ở Ba-la-nại, chỗ chư Tiên đọa xứ, tại Vườn Nai, một sự chuyển vận mà không có Sa-môn, Bà-la-môn, chư Thiên, Ma vương, Phạm thiên, hay bất cứ một ai ở đời có thể đảo ngược hay ngăn cản được."

Sau khi nghe được lời công bố này của chư thiên địa cầu, các vị chư thiên cõi Tứ Đại Thiên Vương *(Catumahājika devā),* và các vị chư thiên ở các cõi cao hơn, như chư thiên cõi Đạo Lợi *(Tāvatiṃsā devā)*, chư thiên Dạ Ma *(Yāmā devā)* chư thiên cõi Đâu-Suất *(Tusitā devā),* chư thiên cõi Hoá Lạc thiên *(Nimmānaratī devā)* chư thiên cõi Tha Hoá Tự Tại *(Paranimmitavasavattī devā)* và chư thiên các cõi Phạm Thiên *(Brahmakāyikā devā)* đều đồng thanh công bố:

"Vô thượng Pháp luân (bài kinh Chuyển Pháp Luân vô song) đã được Thế Tôn vận chuyển ở Ba-la-nại, chỗ chư Tiên đọa xứ, tại Vườn Nai, một sự chuyển vận mà không có Sa-môn, Bà-la-môn, chư Thiên, Ma vương, Phạm thiên, hay bất cứ một ai ở đời có thể đảo ngược hay ngăn cản được."

Itiha tena khaṇena (tena layena) [( ) natthi (sī. syā. kaṃ.)] tena muhuttena yāva brahmalokā saddo abbhuggacchi.

Như vậy, trong sát-na ấy, trong khoảnh khắc ấy, trong giây phút ấy, tiếng ấy lên đến Phạm thiên giới.

ĐẤT TRỜI RUNG CHUYỂN VÀ SỰ XUẤT HIỆN CỦA HÀO QUANG SÁNG NGỜI

Ayañca dasasahassilokadhātu saṅkampi sampakampi sampavedhi, appamāṇo ca uḷāro obhāso loke pāturahosi atikkamma devānaṃ devānubhāvanti.

Và mười ngàn thế giới chuyển động, rung động, chuyển động mạnh. Và một hào quang vô lượng, quảng đại phát chiếu ra ở đời, vượt quá uy lực chư Thiên.

(Toàn thể vũ trụ gồm mười ngàn thế giới rung chuyển, rung động trong bốn hướng. Một hào quang siêu việt và vô lượng, do giáo pháp vĩ đại này tạo ra, vượt qua ánh hào quang của chư thiên xuất hiện trên địa cầu.)

LỜI CẢM HỨNG CỦA ĐỨC THẾ TÔN

Atha kho bhagavā imaṃ udānaṃ udānesi – ‘‘ aññāsi vata, bho, koṇḍañño, aññāsi vata, bho, koṇḍañño ’’ ti! Iti hidaṃ āyasmato koṇḍaññassa ‘ aññāsikoṇḍañño ’ tveva nāmaṃ ahosīti.

(Lúc đó, ngay sau khi thuyết xong bài kinh, ngay sau khi pháp nhãn hay nhập lưu thánh đạo trí xuất hiện cho Tôn-giả Kiều Trần Như, Đức Thế Tôn thốt lên lời cảm hứng này: Ồ, này các hiền giả, quả thực Kiều Trần Như đã hiểu! Quả thực Kiều Trần Như đã hiểu. Như vậy chính do lời cảm hứng này mà Tôn-giả Kiều Trần Như được mang tên là Aññāsī

Koṇḍāñña, Kiều Trần Như đã hiểu.) Đến đây kết thúc bài Kinh Chuyển Pháp Luân.

Đoạn kết luận vừa thuật lại đã đánh dấu sự chấm dứt của bài Kinh Chuyển Pháp Luân như đã được ghi lại trong Kinh Điển Pāḷi, Đại Phẩm của Tương Ưng Bộ Kinh *(Mahā Vagga Saṃpayutta).* Ở đoạn kết của bài Kinh, khi quán xét lại Đức Thế Tôn nhận thấy Tôn-giả Kiều Trần Như đã đạt đến tri kiến cao thượng của nhập lưu thánh quả. Vì thế vô cùng hoan hỷ ngài thốt lên, *"Quả thực, Kiều Trần Như đã nhận thức được, Kiều Trần Như đã nhận thức được."* Chính liên quan đến lời cảm hứng này mà Tôn-giả Kiều Trần Như thường đực gọi là *Aññāsī Koṇḍāñña*, hay Kiều Trần Như đã hiểu.

Theo Tương Ưng Bộ Kinh thì bài kinh Chuyển Pháp Luân chấm dứt ở đây. Luật Tạng *(Vinaya Pāḷi)* từ đó vẫn tiếp tục đưa ra một sự giải thích về việc Hội Chúng Tỳ Kheo (Tăng Già) xuất hiện như thế nào. Bây giờ, chúng tôi sẽ thuật lại lời giải thích này.

TÔN GIẢ KIỀU TRẦN NHƯ THỈNH CẦU XUẤT GIA

Atha kho āyasmā aññāsikoṇḍañño diṭṭhadhammo pattadhammo viditadhammo pariyogāḷhadhammo tiṇṇavicikiccho vigatakathaṃkatho vesārajjappatto aparappaccayo satthusāsane bhagavantaṃ etadavoca – " labheyyāhaṃ, bhante, bhagavato santike pabbajjaṃ, labheyyaṃ upasampada " nti.

(Sau khi Đức Thế Tôn nói lên lời cảm hứng như vậy, Tôn-giả Kiều Trần Như đã thỉnh cầu bằng những lời sau: "Bạch Ngài, (Bhante), xin ngài cho phép con được xuất gia (pabbajjaṃ: xuất gia sa-di) trong sự hiện diện của Đức Phật; cho phép con được nhập vào Tăng Đoàn của Đức Phật (trở thành một vị Tỳ-kheo, upasampadaṃ)"

KHÔNG DỄ TỪ BỎ TÍN NGƯỠNG TRUYỀN THỐNG CỦA MÌNH

Tôn-giả Kiều Trần Như trước đây đi theo tín ngưỡng khác. Để từ bỏ tín ngưỡng cũ của mình và mong muốn được nhận vào Tăng Đoàn của Đức Phật là việc khó có thể xảy ra đối với người chỉ có đức tin bình thường. Thời nay cũng vậy, việc những người theo tín ngưỡng khác gia nhập Tăng Đoàn của Đức Phật sau khi chấp nhận Phật Giáo là chuyện không phải dễ. Nói gì đến việc đắp y, đối với một số người, ngay cả xin quy y Tam Bảo và thọ trì ngũ giới với mục đích hành thiền cũng đã là một công việc khó khăn rồi.

Ngoài Tôn-giả Kiều Trần Như ra, bốn vị còn lại trong nhóm có vẻ như còn chưa dứt khoát trong việc xin phép nhập vào Tăng Đoàn của Đức Phật. Vậy thì tại sao Tôn-giả Kiều Trần lại làm điều ấy? Câu trả lời là Tôn-giả Kiều Trần Như đã có đầy đủ những đức và phẩm chất mà kinh mô tả bằng những biệt danh như bậc Kiến Pháp *(Diṭṭhadhammo)*…

Thế nào là bậc Kiến Pháp (thấy pháp), khi thấy diệt đế *(nirodha saccā)* là Tôn-giả đã chứng đắc Niết-bàn. Rồi sau

khi đã thấy sự tịch tịnh của Niết-bàn, ngài thấy trạng thái sanh và diệt không ngừng của danh sắc hữu vi như là khổ. Ngài cũng nhận ra rằng tham ái vốn thích thú trong (danh sắc ấy) là nhân sanh đích thực của khổ. Đồng thời ngài hiểu ra rằng đạo đế, gồm chánh kiến, chánh tư duy,…là chánh đạo sẽ đưa đến sự tịch tịnh của Niết-bàn. Tự mình chứng ngộ tứ thánh đế như vậy, niềm tin vững chắc khởi lên nơi ngài rằng Đức Phật cũng đã chứng ngộ tứ thánh đế. Sự tin tưởng như vậy được gọi là đức tin do trí sanh *(aveccappasāda ñāṇa).* Nó cũng giống như niềm tin của một bệnh nhân đặt nơi người thầy thuốc mà cách điều trị của ông đã chữa lành chứng bệnh của họ một cách hiệu quả. Như vậy vì đã thấy tứ thánh đế chính xác như Đức Phật giảng dạy, Tôn-giả Kiều Trần Như được gọi là bậc Kiến Pháp, và cầu xin xuất gia.

Để chắc chắn Kiến pháp *(diṭṭhadhammo)* có nghĩa là thấy với nhãn trí chứ không phải với nhục nhãn, nó được phẩm định bằng từ đã Đắc Pháp *(Pattadhammo,* 已得法*)*—sau khi đã đến, đã đạt đến; rồi để thể hiện ý đạt đến bằng trí chứ không phải bằng bất cứ phương tiện nào khác nó lại được phẩm định bằng từ đã Hiểu Rõ Pháp *(viditadhammo* 已知法*,* dĩ tri pháp*).* Và để bảo đảm rằng trí ấy không chỉ là một phần, một mảnh mà là toàn diện, từ phẩm định Đã Thâm Nhập Pháp *(pariyogāḷhadhammo* 已深入法*)* được đề cập với nghĩa đã đi sâu vào, đã chọc thủng vào, nghĩa là vị ấy đã thể nhập hoàn toàn vào mọi phương diện của pháp. Tất cả những từ

này phản ánh tính chất phong phú của từ vựng Pāḷi những ngày ấy.

Thấy và biết tứ thánh đế bằng chính trí của mình là điều rất quan trọng. Chưa thực sự thấy chân lý, chỉ tuyên xưng đức tin của người Phật tử sẽ không loại trừ được những hoài nghi về Phật, Pháp, Tăng. Những hoài nghi về Tam Bảo có thể xuất hiện dưới một vài trường hợp. Hoài nghi cũng có thể khởi lên đối với việc hành giới, định, và tuệ mà một người đang theo đuổi. Nhờ tự minh biết được những gì cần phải biết, chúng ta có thể thoát khỏi những hoài nghi đến một mức độ nào đó.

Một vị hành giả đang thực hành việc ghi nhận mọi trường hợp thấy, nghe, hay biết,…khi định lực tăng trưởng, sẽ biết đối tượng mình quan sát một cách rõ ràng, đó là biết sắc *(rūpa)* tách biệt với danh *(nāma)* hay tâm hay biết. Rồi, nhờ kinh nghiệm tự thân, vị ấy biết rằng cái thấy xảy ra là do có đối tượng và con mắt; có hành động đi là do có ước muốn đi. Do không ghi nhận đối tượng, vị ấy nhận lầm nó là lạc; nghĩ nó là lạc, vị ấy thích thú trong đó. Do thích thú, vị ấy kháo khát muốn có được nó. Để thoả mãn những đòi hỏi của tâm tham, vị ấy vận dụng những hành động thích hợp. Tất cả những diễn biến này trở thành trí hiểu biết bằng kinh nghiệm cá nhân của vị ấy. Vị ấy cũng biết mình phải đương đầu với những khó khăn và những tình huống xấu do nghiệp bất thiện của mình; hoặc được hưởng những điều tốt đẹp là do thiện nghiệp của mình. Khi trí hiểu biết của vị ấy tăng trưởng

tới mức này, vị ấy có thể thoát khỏi những hoài nghi không biết rằng có linh hồn hay một thực thể sống hay không.

Khi tiếp tục thực hành, vị ấy nhận thức được đối tượng danh sắc sanh và diệt ngay cả khi vị ấy đang quan sát chúng. Rồi sau đó, khi đang tiếp tục với công việc ghi nhận vị ấy trở nên tin chắc về bản chất vô thường, khổ và vô ngã của chúng. Sự nhận thức đặc biệt này củng cố cho niềm tin của vị ấy, rằng ***"Đức Phật, người thuyết bài Pháp này, chắc chắn đã tự mình chứng ngộ chân lý, những lời dạy của ngài (Pháp) là chơn chánh và Tăng, những người đang thực hành theo những lời dạy của ngài, là Tăng đích thực đang thực hành đúng chánh đạo."***

Rồi đến một giai đoạn khi tất cả danh và sắc hữu vi tan biến vào một trạng thái diệt hoàn toàn. Đây là sự chứng ngộ của tự thân về trạng thái tịch tịnh của Niết Bàn, hay nói cách khác là diệt đế *(nirodha saccā)*. Đồng thời, ba đế còn lại cũng được chứng ngộ nhờ đã hoàn tất công việc tuệ tri khổ, đoạn trừ tập, và tu tập đạo trong tự thân. Biết tứ đế, đúng như chúng phải được biết, niềm tin của vị ấy vào Phật, Pháp, Tăng trở nên bất động nhờ đã ăn rễ vững chắc. Niềm tin trong việc thực hành giới, định, và tuệ của vị ấy cũng được thiết lập vững chắc. Với niềm tin đã ăn rễ vững chắc này, vị ấy vượt qua mọi hoài nghi (vicikicchā). Tôn Giả Kiều Trần Như đã tự mình thấy tứ đế và như vậy đã bỏ lại mọi hoài nghi , do dự lại phía sau, vượt qua hoài nghi (tiṇṇavicikiccho 已超越 疑, 度疑, siêu việt hoài nghi, độ nghi). Cũng vì lý do

này ngài đã tỉnh cầu Đức Phật cho phép xuất gia. Khi ngài thoát khỏi hoài nghi, ngài cũng thoát khỏi tình trạng do dự, phân vân, thiếu quả quyết, ở đây từ *vigatakathaṃkatho* là đồng nghĩa với *tiṇṇavicikiccho* — Vị ấy cũng thỉnh cầu xuất gia vì lý do này.

Hơn nữa vị ấy thỉnh cầu Đức Phật vì vị ấy đã có được sự can đảm của niềm tin trong pháp, *vesārajjapatto*, 無所畏, 自信, vô sở uý, tự tin), một sự can đảm phát sanh do trí hiểu biết về chân lý, và cũng bởi vì vị ấy đã trở nên độc lập hoàn toàn với những người khác hay không dựa vào người khác *(aparappaccayo,* 不緣(其)他的, *bất duyên (kỳ) tha đích),* nghĩa là về vấn đề giáo pháp của bậc đạo sư vị ấy đã có được sự hiểu biết bằng chính kinh nghiệm tự thân.

Hầu hết đức tin của những người theo các tín ngưỡng khác trong thế gian này đều dựa vào người khác chứ họ không tự biết về chúng. Có số thờ cúng các vị chư thiên ở cội cây, hay chư thiên ở rừng, núi là do tập tục cha truyền con nối, chứ chẳng ai thấy hay gặp các vị chư thiên ấy. Có số thờ cúng vị thiên vương, vua của các vị chư thiên, phạm thiên, hay các thiên thần trên cõi trời. Không ai có sự hiểu biết cá nhân về những đối tượng thờ cúng này. Họ sẵn sàng tin những gì cha mẹ hay thầy tổ,… của họ bảo họ tin. Trong số những người tín ngưỡng theo Phật Giáo cũng vậy, trước khi chứng những gì cần chứng, đức tin của họ hoàn toàn dựa vào những vị lớn tuổi, cha mẹ, và thầy tổ. Khi, nhờ tinh tấn

thực hành thiền định và thiền minh sát họ có được trí hiểu biết của chính mình, sự tự tin mới phát triển đến một mức nào đó. Và khi đạt đến giai đoạn chứng thiền, và đạo quả, họ có được sự hiểu biết cá nhân về những chứng đắc ấy, lúc đó đức tin của họ không còn dựa vào người khác nữa.

PHÚ HỘ CITTA VÀ GIÁO CHỦ NĀTAPUTTA

Thời Đức Phật có một người đàn ông giàu có tên là Citta, đã đắc Bất Lai Thánh Đạo *(anāgāmi magga)*. Một hôm ông tình cờ đến nơi cư ngụ của Nātaputta, giáo chủ phái *Nigandha*. Giáo chủ *Nātaputta* cũng được gọi là *Mahāvira* được những người theo đạo *Jain (Kỳ-na giáo)* sùng kính như một vị Thượng Đế. Ông nổi tiếng trước khi có sự giác ngộ của Đức Phật. Nātaputta đã nói với phú hộ Citta, *"Này gia chủ, sa-môn Cồ Đàm thầy của ông dạy rằng có bậc thiền (jhāna) và định (samādhi) không tầm (vitakka), không tứ (vicāra). Ông có tin như vậy không?*

Gia chủ Citta trả lời, *"Tôi thừa nhận có bậc thiền và định không tầm và tứ không phải vì đức tin của tôi nơi Đức Phật."* Đại giáo chủ Nātaputta đã diễn giải sai câu trả lời này. Vì thế ông nói với các đệ tử của ông: *"Hãy xem, này các đệ tử, gia chủ Citta rất là thẳng thắn và trung thực. Điều gì ông không tin, ông nói là ông không tin. Đúng vậy, vấn đề (định không tầm không tứ) này thực sự không thể tin được. Nó là điều không thể xảy ra, giống như cố gắng lấy lưới để*

bắt không khí; hay lấy nắm tay hay bàn tay để hốt nước chảy trong sông Hằng vậy.Định thoát khỏi tầm và tứ là chuyện không thể có được.”

Nghe như vậy gia chủ Citta đã hỏi lại đại Giáo Chủ Nātaputta, *“Theo ngài, biết và tin cái nào cao thượng hơn?”* ông trả lời, *“Tất nhiên, biết cao thượng hơn tin.”* Gia chủ Citta lúc đó vặn lại, *“Tôi có thể nhập sơ thiền có tầm và tứ; nhị thiền không tầm không tứ; tam thiền không hỷ; và tứ thiền không lạc bất cứ lúc nào tôi muốn. Vấn đề bảo rằng ‘có thiền định không đi kèm tầm và tứ,’ nếu tôi tự thân kinh nghiệm thiền định không tầm, không tứ, này liệu tôi có cần dựa và các bậc cao quý hay các bậc sa-môn khác, để tin hay không?”*

Trong câu chuyện trên, gia chủ Citta đã tự thân kinh nghiệm thiền định không kèm tầm và tứ nên không cần dựa vào người khác để tin sự thực này. Cũng vậy, Kiều Trần Như đã tự thân kinh nghiệm tứ đế nên đối với vấn đề Giáo Pháp — bát thánh đạo và giới, định, tuệ, ngài không cần dựa vào ai khác. Do tự thân kinh nghiệm, không dựa vào ai khác như vậy, ngài đã thỉnh cầu Đức Phật cho phép gia nhập vào Tăng Đoàn. Đoạn này rất thôi thúc, rất kích thích đến nỗi tôi không thể không lập lại nó một lần nữa với sự phiên dịch đầy đủ.

PHÁT TRIỂN NIỀM CẢM HỨNG TÂM LINH

"Khi Đức Thế Tôn thốt lên lời cảm hứng như vậy, Tôn Giả Kiều Trần Như, sau khi đã thấy pháp (tứ thánh đế), sau khi đã đắc pháp, đã đạt đến tứ thánh đế, đã hiểu rõ tứ thánh đế, đã thâm nhập tứ thánh đế, bỏ lại phía sau sự do dự, đã vượt qua mọi hoài nghi, xin được nhận vào Tăng Đoàn và Đức Thế Tôn đã chấp nhận điều đó bằng cách nói *"Ehi Bhikkhu."* (Hãy đến, này Tỳ-kheo).

THỜI KỲ ĐẦU CỦA GIÁO PHÁP SỰ HƯỚNG DẪN VÀ THỰC HÀNH RẤT HỆ THỐNG

Đại Phẩm của Luật Tạng tiếp tục:

Sau khi các Tôn Giả *Vappa* và *Bhaddiya* đã được nhận vào tăng đoàn bằng cách xuất gia *'Ehi Bhikkhu'* (Thiện lai Tỳ-kheo), Đức Thế Tôn tiếp tục đưa ra những chỉ dẫn về Pháp và hướng dẫn hai vị còn lại là Tôn Giả *Mahānāma* và Tôn Giả *Assaji,* mà không tự mình đi khất thực. Ba vị Tỳ-kheo kia đi ra ngoài khất thực, như vậy tất cả sáu vị gồm luôn Đức Thế Tôn, sống nhờ vào bất cứ thức ăn nào mà ba vị này mang về. Sau khi được Đức Thế Tôn hướng dẫn và chỉ dẫn thực hành Pháp như vậy, pháp nhãn vô trần, ly cấu đã phát sanh đối với các Tôn Giả *Mahānāma* và *Assaji* rằng ***"phàm pháp nào có bản chất sanh, pháp ấy có bản chất diệt."*** Và hai tôn giả *Mahānāma* và *Assaji* này, sau khi đã thấy pháp, sau khi đã đắc

pháp, sau khi đã hiểu rõ pháp, sau khi đã thâm nhập pháp, bỏ lại phía sau mọi do dự, đã vượt qua tất cả hoài nghi, thoát khỏi tình trạng lưỡng lự và không quyết định dứt khoát, đã có được sự can đảm của niềm tin đối với Giáo Pháp của Đức Phật, đã có kinh nghiệm tự thân về pháp, đối với Pháp không còn y tựa vào người khác, đã thỉnh cầu Đức Thế Tôn như sau:

"Bạch ngài, xin ngài cho phép chúng con được sống đời xuất gia như các sa-di trong sự hiện diện của Đức Phật; cho phép chúng con được nhận vào Tăng Đoàn của Đức Phật (upasampadaṃ, tu lên bậc trên hay xuất gia Tỳ-kheo)" Và Đức Thế Tôn đã trả lời, ***"Hãy đến, này các Tỳ-kheo, Pháp đã được khéo giảng. Hãy đến và thực hành đời phạm hạnh vì mục đích đoạn tận khổ đau."*** Lời mời này của Đức Thế Tôn tạo thành đạo luật xuất gia và do đó hai vị Tôn Giả *Mahānāma* và *Assaji* trở thành Tỳ-kheo trong Tăng Đoàn của Đức Phật.

Trong Đại Phẩm của Tạng Luật đề cập rằng bốn vị Tỳ-kheo này đắc tri kiến cao thượng theo hai nhóm, mỗi nhóm hai vị, trong khi các bản chú giải của nó lại nói là các vị đắc tri kiến cao thượng theo tuần tự từng vị một.

"Cần phải hiểu rằng pháp nhãn sanh khởi lần lượt cho Tôn Giả *Vappa* vào ngày thứ nhất của tuần trăng khuyết tháng *Wāso* (tức ngày 16 tháng 6 ÂL), cho Tôn Giả *Bhaddiya* vào ngày thứ hai của tuần trăng khuyết (tức ngày 17 tháng 6 ÂL), cho Tôn Giả *Mahānāma* vào ngày thứ ba của tuần trăng

khuyết (tức ngày 18 tháng 6 ÂL) và cho Tôn Giả *Assaji* vào ngày thứ tư của tuần trăng khuyết (tức ngày 19 tháng 6 ÂL).

Hơn nữa, phải lưu ý đặc biệt ở đây rằng trong suốt thời gian này Đức Thế Tôn đã ở lại tại chùa không đi ra ngoài khất thực, để sẵn sàng trợ giúp cho bốn vị Tỳ-kheo trong việc loại trừ những bất tịnh (chướng ngại) và những khó khăn có thể phát sanh với các vị trong quá trình hành thiền. Mỗi khi có những chướng ngại phát sanh nơi các vị Tỳ-kheo, Đức Thế Tôn, bằng đường hư không, liền đến giúp họ loại trừ chúng. Vào ngày thứ năm của tháng Wāso (20 tháng 6 ÂL) Đức Thế Tôn đã tập trung cả năm vị Tỳ-kheo lại và chỉ dẫn các vị bằng cách thuyết bài Kinh Vô Ngã Tướng *(Anatta Lakkhaṇa Sutta).*"

Theo sự giải thích của chú giải ở trên thì việc Đức Phật du hành qua hư không để loại trừ những chướng ngại cho các vị Tỳ-kheo đã bộc lộ cho thấy tính chất khẩn cấp của sự trợ giúp mà các vị Tỳ-kheo đang hành thiền cần.Thời nay cũng vậy, nếu các vị thiền sư có thể thường xuyên trợ giúp cho người hành thiền và đưa ra những chỉ dẫn thích đáng điều đó sẽ rất lợi ích. Kinh Pāsarasi trong Trung Bộ Kinh đưa ra những giải thích như sau về đề tài này: *"Này các Tỳ-kheo, khi ta chỉ dẫn cho hai vị Tỳ-kheo, ba vị kia sẽ đi khất thực. Nhóm sáu người của Như Lai sống nhờ vào đồ ăn mà ba vị này mang về. Khi ta chỉ dẫn cho ba vị Tỳ-kheo, hai vị kia sẽ đi khất thực. Nhóm sáu người của Như Lai sống nhờ vào đồ ăn mà hai vị này mang về. Rồi, do được chỉ dẫn như*

vậy, được hướng dẫn như vậy, nhóm năm Tỳ-kheo, sau khi đã tự mình thấy bản chất sanh trong hiện hữu mới, và thấy sự nguy hiểm, sự khốn khổ trong những tái sanh mới, đã nỗ lực tìm cầu Niết-bàn tối thượng, thoát khỏi tái sanh và do đó đã đạt đến Niết-bàn tối thượng, thoát khỏi tái sanh, thoát khỏi sự dao động, phân vân, do dự, có được sự can đảm của niềm tin đối với Giáo Pháp của Đức Phật (không sợ phải đương đầu với sự tra hỏi tại sao ngươi lại thay đổi đức tin), sau khi có được sự hiểu biết cá nhân về pháp, không y tựa vào người khác về pháp nữa, đã thỉnh cầu Đức Phật cho phép xuất gia sống cuộc sống của vị sa-di (sāmanera) và Tỳ-kheo (samana), trong sự hiện diện của Đức Phật.

Phần này do các vị Trưởng lão của cuộc Kết Tập lần Thứ Nhất ghi lại, mô tả sự thỉnh cầu của Tôn-giả Kiều Trần Như, nêu lên chi tiết những phẩm chất và sự chứng đắc của ngài để xác minh tính thích hợp (của ngài) nhằm nhận vào Tăng Đoàn, đồng thời phát triển trong người đọc niềm cảm hứng tâm linh cao độ. Càng hiểu biết về pháp nhiều bao nhiêu, chúng ta càng cảm nhận được niềm cảm hứng tâm linh này nhiều bấy nhiêu. Khi Tôn-giả Kiều Trần Như thỉnh cầu theo cách thức như trên, Đức Thế Tôn đã cho phép ngài được nhập vào Tăng Đoàn bằng những lời sau:

SỰ XUẤT GIA BẰNG EHI BHIKKHU

"Ehi bhikkhū" ti bhagavā avoca – 'svākkhāto dhammo, cara brahmacariyaṃ sammā dukkhassa antakiriyāyā' ti. Sāva tassa āyasmato upasampadā ahosi" ti.

Trước tiên Đức Thế Tôn nói: *"Hãy đến, này Tỳ-kheo, gia nhập vào tăng đoàn của ta."* Rồi ngài nói tiếp, *"Pháp đã được khéo thuyết giảng. Hãy đến và thực hành đời phạm hạnh (Giới, Định và Tuệ) vì mục đích đoạn tận khổ đau."* Lời mời ***"Hãy đến, này Tỳ-kheo"*** của Đức Thế Tôn tạo thành đạo luật xuất gia, và vì thế Tôn-giả Kiều Trần Như đã trở thành một vị Tỳ-kheo trong Tăng Đoàn của Đức Phật.

Trước đó, phải nhớ rằng Tôn-giả Kiều Trần Như cũng đã là một tu sĩ, một sa-môn nhưng không thuộc Tăng Đoàn của Đức Phật. Do đó Tôn-giả mới thỉnh cầu Đức Thế Tôn cho phép nhập vào Tăng Đoàn, và Đức Phật đã cho Tôn-giả được phép như vậy bằng cách nói *"Ehi Bhikkhu"*. Đây là sự công nhận về sự gia nhập Tăng Đoàn của Đức Thế Tôn, và Tôn-giả Aññāsī Koṇḍañña (Kiều Trần Như Đã Thấy) đã trở thành đệ tử của Đức Phật như một thành viên của Tăng Đoàn.

NHỮNG CHÚNG SANH ĐẮC TRI KIẾN CAO THƯỢNG DO NGHE BÀI PHÁP ĐẦU TIÊN

Vào lúc thuyết bài Kinh Chuyển Pháp Luân này, chỉ có năm thành viên trong nhóm Kiều Trần Như là thuộc cõi

người. Và trong năm vị, chỉ có một người duy nhất, đó là Tôn-giả Kiều Trần Như, là đắc được tri kiến cao thượng. Nhưng Kinh Mi Tiên Vấn Đáp *(Milinda Pañha)* nói rằng mười tám Koṭi (kô-ti)[15] Phạm Thiên và vô số chư thiên dục giới đã đắc thượng trí lúc đó.

Lúc bấy giờ chỉ một mình Tôn-giả Kiều Trần Như cầu xin gia nhập Tăng Đoàn của Đức Phật và trở thành một sa-môn đệ tử của ngài. Bốn vị còn lại, đó là, Tôn-giả *Vappa, Bhaddiya, Mahānama* và *Assaji* vẫn chưa làm như vậy. Sự do dự của các vị có thể được giải thích bằng sự kiện các vị vẫn chưa hoàn thành đầy đủ việc hiểu biết pháp trong tự thân giống như Tôn-giả A-nhã Kiều Trần Như *(Aññāsī Koṇḍāñña)*. Các vị vẫn còn thiếu sự can đảm của niềm tin đối với Lời Dạy của Đức Phật. Tuy nhiên nhờ nghe Kinh Chuyển Pháp Luân, các vị đã phát triển được đức tin *(saddhā)* nơi pháp. Do đó từ lúc nghe kinh bốn vị đã tiến hành thực tập thiền minh sát dưới sự hướng dẫn của Đức Phật. Đại Phẩm của Tạng Luật đã đưa ra sự giải thích về cách các vị thực tập thiền như thế nào và đã thấy và chứng ngộ pháp ra sao.

CHỈ ĐẮC TRI KIẾN CAO THƯỢNG SAU KHI ĐÃ THỰC SỰ HÀNH

"Sau khi Tôn-giả Kiều Trần Như đã được nhận vào Tăng Đoàn, Đức Thế Tôn tiếp tục đưa ra lời chỉ dẫn và

[15] 1 Koṭi = 10 triệu, 18Koṭi= 18 triệu

hướng dẫn thực hành pháp cho bốn vị còn lại của nhóm. Nhờ sự hướng dẫn và chỉ dẫn của Đức Thế Tôn, pháp nhãn vô trần, ly cấu đã khởi lên cho Tôn-giả Vappa và Bhaddiya, ***"phàm pháp nào có bản chất sanh, pháp ấy cũng có bản chất diệt."***

Khi pháp nhãn đã khai mở, và các vị trở thành thánh nhập lưu, Tôn-giả *Vappa* và *Bhaddiya* cũng đã thỉnh cầu Đức Thế Tôn cho phép nhập vào Tăng Đoàn.

TÔN GIẢ VAPPA VÀ BHADDIYA ĐÃ NỖ LỰC NHƯ THẾ NÀO

Tôn-giả Vappa và các vị còn lại của nhóm năm Tỳ-kheo đã nỗ lực cho sự chứng đắc của mình bằng cách phát triển Bát Thánh Đạo trong tự thân như bài Kinh Chuyển Pháp Luân đã dạy. Và Bát Thánh Đạo được tu tập, như trước đây chúng tôi đã mô tả, bằng cách ghi nhận hiện tượng thấy, nghe,…vốn luôn luôn xảy ra trong họ, nhằm tuệ tri khổ đế, tức hiểu biết rõ ràng về năm thủ uẩn *(upādānakkhadhā)*.

Người hành thiền, trước tiên ghi nhận không ngừng sự sanh của danh và sắc khi nó xảy ra, trong quá trình này họ có thể thấy mình bị quấy rầy bởi những ý nghĩ lang thang và sự tưởng tượng. Đặc biệt đối với những người thông thái, hoài nghi và ngờ vực rất có thể sẽ phát sanh. Đối với một số người, những sự đau đớn không thể chịu đựng nổi sẽ phát triển mãnh liệt trong thân họ. Những hiện tượng và dấu hiệu kỳ lạ có thể làm cho họ phân tâm, hay kiến cho họ tự đánh

giá cao về mình (nghĩ lầm đó là những thành tựu của họ). Một số cũng có thể bị trì trệ do sự mất quân bình giữa tín *(saddhā)* và tuệ *(paññā)*, hay giữa định *(samādhi)* và tinh tấn *(vīriya)*. Khi thiếu sự nỗ lực tập trung, định trí *(samādhi ñāṇa)* và nhất tâm sẽ không tiến triển.

Ở giai đoạn Sanh Diệt Trí *(udayabhaya ñāṇa* -生滅智), khi các hiện tượng kỳ lạ như ánh sáng, trạng thái hoan hỷ, lạc và chánh niệm cao độ xuất hiện. Nếu những tuỳ phiền não hay khó khăn này phát sanh quá trình thiền, sự hướng dẫn của thiền sư lúc đó rất cần thiết để loại trừ chúng. Không có một vị thầy để hướng dẫn và giúp đỡ, những nỗ lực thiền của hành giả có thể trở thành vô ích. Đó là lý do tại sao Đức Phật đã chờ đợi để sẵn sàng đưa ra sự hướng dẫn trong lúc Tôn giả *Vappa* tiến hành hành thiền, mà không đi ra ngoài khất thực.

Với sự hướng dẫn và trợ giúp này, Tôn giả *Vappa* đã đắc nhập lưu thánh quả sau khoảng một ngày nỗ lực. Sau khi chứng ngộ tứ thánh đế, ngài được an lập trong những đức và phẩm chất của bậc Kiến Pháp *(diṭṭha dhamma)*. Tự thân biết rõ chân lý, tất cả mọi hoài nghi về Pháp biến mất. Đồng thời có được sự can đảm của niềm tin, sẵn sàng đương đầu với bất kỳ câu hỏi nào liên quan đến Giáo Pháp. Sau khi đã có đủ tư cách như vậy, ngài thỉnh cầu Đức Phật cho phép gia nhập vào Tăng Đoàn. Và Đức Phật chấp nhận lời thỉnh cầu của Tôn giả bằng những lời chào đón "Hãy đến, này Tỳ-kheo" *("Ehi Bhikkhu")*.

Tôn giả *Bhaddiya, Mahānāma* và *Assaji* cũng lần lượt đắc đạo quả nhập lưu và bỏ lại đằng sau mọi do dự, có được sự can đảm của niềm tin trong pháp, đã thỉnh cầu sự cho phép nhập vào Tăng Đoàn vào ngày thứ hai, thứ ba, và thứ tư của tháng Wāso. Đức Phật đã xuất gia cho các vị bằng cách nói *"Ehi Bhikkhu"*.

Vào ngày trăng khuyết thứ năm của tháng Wāso, Đức Thế Tôn đã tập trung cả năm vị Tỳ-kheo lại và dạy các vị bài Kinh Vô Ngã Tướng. Vào lúc đó, trong khi nghe pháp, tất cả năm vị đều quán trên năm thủ uẩn và phát triển các minh sát đạo, nhờ vậy đều đắc A-la-hán Thánh Quả.

SÁU VỊ A-LA-HÁN KỂ CẢ ĐỨC THẾ TÔN

"Tena kho pana samayena cha loke arahanto hon'ti." Các nhà biên soạn của kỳ Kết Tập lần Thứ Nhất đã ghi lại như vậy trong Đại Phẩm của Tạng Luật. *"Vào lúc, khi mà Kinh Vô Ngã Tướng đã được thuyết xong, có sáu vị A-la-hán kể cả Đức Phật trên thế gian này, một sự kiện thực sự kỳ diệu, chưa từng nghe thấy."*

CHỈ NGHE PHÁP THÔI KHÔNG ĐỦ THỰC HÀNH LÀ CẦN THIẾT

Theo Tạng Kinh và Luật, sự chứng đắc được thành tựu, như đã nói ở trên, là theo hai nhóm, mỗi nhóm hai vị

Tỳ-kheo, trong khi chú giải đưa ra một sự mô tả chi tiết hơn về cách mỗi vị đắc nhập lưu vào những ngày khác nhau. Có thể nói đó là điểm dị biệt duy nhất giữa bản dịch của kinh tạng Pāḷi và bản dịch của chú giaỉ. Không chỉ do nghe bài pháp, mà chỉ sau khi đã thực hành thực sự các vị mới đắc đạo quả nhập lưu. Các vị không đi ra ngoài khất thực mà làm việc liên tục cả ngày lẫn đêm. Chính Đức Phật cũng suốt ngày ở trong chùa để sẵn sàng đi đến trợ giúp và hướng dẫn cho các vị. Về những điểm này tất cả các bản dịch đều như nhau.

Do đó, rất dễ hiểu là Tôn giả Vappa đã bắt đầu công việc (tu tập) vào chiều ngày rằm tháng Sáu và đắc nhập lưu ngày trăng khuyết đầu tiên, tức ngày 16 tháng 6 ÂL nhờ nỗ lực thực hành theo những hướng dẫn của Đức Phật , chứ không chỉ do nghe bài pháp không thôi. Tôn giả *Bhaddiya* phải phấn đấu khoảng hai ngày và đắc nhập lưu vào ngày trăng khuyết thứ hai; Tôn giả *Mahānāma* trong khoảng ba ngày và đắc nhập lưu ngày trăng khuyết thứ ba; Tôn giả *Assaji* phải phấn đấu tới bốn ngày và đắc nhập lưu vào ngày trăng khuyết thứ tư của tháng *Wāso*. Tất cả các vị đã phải bỏ ra rất nhiều nỗ lực cho sự chứng đắc của mình; các vị đã thành tựu đạo quả nhập lưu dưới sự giám sát và hướng dẫn chặt chẽ của chính Đức Phật. Sự thực này rất rõ ràng.

Chúng ta biết các vị Tỳ-kheo thuộc nhóm năm vị này không phải là những người bình thường. Người ta nói rằng các vị là những nhà chiêm tinh của triều đình, đã đoán trước

được tương lai của đức Bồ Tát lúc vừa mới sanh ra. Tuy nhiên, một số bản chú giải thì nói rằng các vị là con của những nhà chiêm tinh này. Các vị là những người đã từ bỏ đời sống gia chủ và trở thành sa-môn lúc đức Bồ Tát vẫn còn niên thiếu. Các vị tất phải có trí tuệ đáng kể mới có thể nắm bắt một cách dễ dàng lời dạy của Đức Phật. Nếu đạo quả nhập lưu có thể đạt đến chỉ bằng cách nghe Pháp, chắc chắn các vị sẽ là những người chứng đắc nó dễ dàng mà không cần phải ra sức phấn đấu trong một ngày, hai ngày,…như vậy. Đức Phật cũng không cần phải thôi thúc các vị nhiệt tâm nỗ lực làm gì, ngài chỉ cần dạy một lần thôi là các vị đã trở thành các bậc thánh nhập lưu rồi và nếu cần thì ngài sẽ chỉ lập lại bài pháp hai lần hay ba lần là đủ. Tuy nhiên, ngài đã đòi hỏi các vị không chỉ nghe pháp mà còn phải hành thiền một cách tích cực nữa. Lý do ngài làm như vậy là rất hiển nhiên: do suy xét, ngài biết các vị thuộc về hạng người Ứng Dẫn *(neyya)*, tức người cần thực hành từ từ dưới sự hướng dẫn.

Ngày nay những quả quyết cho rằng ***"Để đắc đạo quả nhập lưu không cần thiết phải hành thiền định, hay thiền minh sát làm gì, chỉ cần biết thưởng thức và hiểu những gì người thầy giảng dạy là đủ để đạt đến giai đoạn này rồi."*** Những quả quyết này chỉ có tác dụng làm mất nhuệ khí và ngăn cản sự thực hành thiền định và thiền minh sát mà thôi. Do đó phải lưu ý rằng những quan niệm này là vô căn cứ và đang gây đại hoạ cho việc truyền bá Pháp Hành *(Patipatti*

Sāsanā). Chắc chắn rằng những người tin và theo quan niệm sai lầm này sẽ thấy con đường dẫn đến Niết-Bàn đã bít lại đối với họ.

"Là đệ tử Phật chúng con xin chắp tay cúi đầu đảnh lễ và hết lòng tôn kính Đức Phật cùng với nhóm năm vị Tỳ-kheo đã đoạn trừ các phiền não và trở thành các bậc Thánh A-la-hán, vào ngày trăng khuyết thứ năm của tháng Wāso (tức ngày 20 tháng 6 ÂL) hai ngàn năm trăm năm mươi mốt năm trước, trong vườn Lộc Giả gần Wārānasi."

Cầu mong những ai được đọc bài kinh này tránh được hai cực đoan, ép xác khổ hạnh và đắm chìm trong các dục lạc, tu tập theo Trung Đạo (Bát Thánh Đạo), sớm đạt đến Niết Bàn, đoạn tận mọi khổ đau.

Sādhu! Sādhu!Sādhu!

Chấm Dứt Phần VIII của Bài Kinh Chuyển Pháp Luân

Phần Giảng Giải Bài Kinh Dhammacakka Đến Đây cũng Chấm Dứt.

Mục Lục

Danh Sách Hùn Phước Ấn Tống

- TT Bửu Đức; Sư Dhamma Dhara; ĐĐ Pháp Từ; Sư Thiện Hảo; Sư Hồng Việt; ĐĐ Pháp Tín; ĐĐ Minh Vinh; ĐĐ Thanh Tâm; ĐĐ Pháp Tuệ; ĐĐ Pháp Quý; Sư Minh Thông (BYT);
- SC Trí Hạnh; Tu Nữ Diệu Thuỳ; Tu Nữ Diệu Linh; SC Giác Đức; SC Giác Minh; SC Huyền Nghi; SC Liễu Tâm; SC Huyền Châu; SC Vô Niệm; SC Huyền Đăng, SC Huyền Phương, SC Từ Nguyên, SC Từ Nguyện, SC Diệu Từ (PS); SC Huệ Lành (Phước Viên); TN Minh Giới;TN Quang Giới; TN Viên Thành (ĐN); TN Nhẫn Túc; Cô Thu (Viên Không)
- Đồng Nai: Phạm Lý Thanh Thuỷ, Hà Như, Anh Duy; GĐ Phúc Trang (BH)+Nguyễn Thuỵ Trung Dung; cô Nguyễn Ngọc Điệp (Long Thành);
- Đà Nẵng: GĐ Cương Hảo; GĐ Hựu Huyền, Nhật Thiện, Nhật Minh (ĐN); GĐ Minh Phương; Đoàn Ngọc Mỹ Linh; GĐ Lan Danh; Lê HoàngThịnh (ĐN); Hồ Thanh Thời; Cô Phương; GĐ Lựu Phong; Ô Nguyễn Đức Vui (Nhật Thiện); Diệu Hỷ (mẹ Hảo); Nguyễn Đức Khôi Nguyên (Nhật Minh); Nhật Huy; Từ Nhẫn; Lan Danh; Thái Sơn (Đà Nẵng); Trần Thị Lệ Thu; Lê Thu Nguyệt (Đà Nẵng)
- Hà Nội: GĐ chị Lan Hương; nhóm PT Hà Nội: Đỗ Thị Nguyên Lý, Trung; GĐ Trần Thanh Hằng (Chị Hương, Hà và mẹ); Nguyễn Hồng Hiển (HN); GĐ Như Thuỷ (Lan Hà Nội);
- Miền Tây: GĐ cô Tu Nữ Diệu Tâm (Nhũ danh Lê Thị Cửu 87tuổi) + Ô Phạm Văn Biện và các con cháu; Tín Hạnh. GĐ Thiện Hạnh, Tín Hỷ, Diệu Phúc, Diệu lạc (Ô-Môn);GĐ Huệ Đặng; PT Hồ Ngọc Dinh; GĐ Thới Tuyết (An Giang); Cô Thu (An Giang); Huỳnh Văn Tuấn; Thanh Hùng + Kim Thà; Hoa Thị Xuyên; Bà Võ Hoàng và các con; GĐ Đào Điều;

- Hải Ngoại: Cô Trinh (Úc); Cô Lê Thị Huệ, Đặng Thị Nga (Thuỵ Sĩ); cô Hoa + Thôi (Garland, Texas, USA); em cô Thuý; GĐ Đinh Kim Phương Thuỷ (Úc); GĐ Trần Đại Nhân;Vân La (đệ tử ngài Kim Triệu); PT Tâm Hương, Diệu Kim (Đức); GĐ Tuệ Giác Khiêm+Từ Bi Hạnh, Trương Thị Phương Chi+ Myng Điền (USA); PT Lê Thị Thanh Hồng (USA); GĐ cô Tâm Nguyệt (Dhammadinna); GĐ Thanh Đạo (USA), GĐ Lực Hoa (Pháp); Cô Lưu (Sobhana)+GĐ Hồng Trâm+GĐ Lê Quang Vinh+ GĐ Lê Vinh Quang+Lê Quang Vũ+ Lê Thị Hồng Viên; Huỳnh Thị Bích Hồng và các con (HH Hoàng Đức Dũng mất ngày 28.4 2012); Cô Thanh Nhã;
- Thành Phố Hồ Chí Minh: Anh Phan Binh; GĐ Nhật Đấu; GĐ Tâm Đức; Tuệ Tâm; Trần Thị Thuý; GĐ Trang Để; Tín Phước; Lê Thị Thuỳ Hương; Đương P Trương + Trần Đại Năng; GĐ Huê + Mỹ Hoa + Uyên; Cô Thuý; GĐ Bá Học (cần an mẹ Bạch Thị Đức); Lê Thị Hồng; Thạch Thị Liên; Phạm Thị Huê; Nguyễn Thị Điệp; GĐ Thuỳ Nhi; GĐ Kiều Nhi; Bửu Chi + Thanh Tuyền; Hạnh Mỹ; Nguyễn Thị Kim Hồng; Nguyễn Thị Hồng; GĐ Thuý (Tịnh Ngọc); Diệu Ngọc; GĐ Hạnh Hoàng; GĐ Ma Thị Nhung; GĐ Lang & Hoa (HH mẹ Hồng Thị Nhơn); GĐ Nguyễn Thị Tiền; GĐ Thanh Khuê; GĐ Thanh Tuyền (chị 7 Hà); Nguyễn Thị Kim Hoàn; GĐ Minh Giới (ĐN); Viên Châu, Nguyên Hiền; Lâm Thị Nguyệt Hồng; GĐ Luân Mai; Vô Danh; Một số Phật Tử không đề tên; GĐ Sang Nghiêm, Tùng, Thuý Oanh; GĐ Công Du; GĐ Thanh Đạo; PT Minh Lộc (HCM); PT Trần Thị Hiền (HH Trần Quang Tiến); PT Khánh Lan (Tân Bình); Micheline; Bà Nguyễn Từ Thiện; Lê Văn Kim (HH Nguyễn Thành Danh); Nguyễn Bạch Liên (HH Nguyễn Thành Danh); Mỹ Phượng; Minh Tâm; Nguyễn Thị Hường; Bác Diệu Hải; Huyền Tôn Nữ Kim Cương; Kusala Dhamma; Anatta (GĐ Diệu Phương, cầu an mẹ Hoàng Thị Ngọc PD Diệu Định); Anicca (GĐ Hoa

Thông); Chân Hiền Nhân (Úc); Thảo (em Như Pháp);GĐ Châu Tâm; GĐ Trinh; GĐ Hồng; Loan Lực; GĐ Thuý, GĐ Thuỳ Bích; GĐ Trần Thị Năm; GĐ Trần Thị Mỹ Phượng, Nguyễn Thanh Liêm, Lê Thị Hiền Muội; Nguyễn Thị Bảy; GĐ Cô Tuyết, GĐ Nguyên Hỷ, Nguyên Thuỷ, Nguyên Ngọc; BS Phạm Văn Nam (Cầu an: mẹ Võ thị Nhung; Phạm thị Xuân Lan, Phạm Văn Đông, Phạm Duyên, Phạm văn Hùng, Phạm thị Xuân Nữ, Phạm Thanh Tâm, Đặng Mạnh Thanh Tùng, Đặng thị Quỳnh Yến, Nguyễn Phạm Thiên Phúc, Vũ Quỳnh Vân Anh, Vũ Quỳnh Vân Thy); Cao Tất Tuấn (HH cha Cao Văn Quang); Trung và Thuỷ Tiên; GĐ Phúc Thịnh, Cô Liễu Vân, GĐ Cô Hằng; Ngọc Uyên; Nguyễn Thị Kim Hoàn (PD Chơn Tánh); GĐ Ma Thị Nhung; Lầm Thị Liễu; Hạ Hầu Cẩm; Bùi Văn Lư, Nguyễn Thị Hường; Lâm Quang Ứng; Hồng Thị Nhơn; Nguyên Hương, Nhật Như, Diệu Ngọc, Đỗ Ng Tuyết, Ma Thuý Nga; GĐ Thanh Khuê (Mỹ Thành) GĐ Hoằng Để+Thanh Giảng, Bùi Thị Thu Vân, Nhân Sa Kim+Đỗ Ngọc Tiết, Bùi Thị Hồng Diễm (Tâm tịnh); Cô Hằng (Tâm Như); Cô Hạnh; Hoàng Thị Chín, Nguyễn Huỳnh Ngọc Tú, Nguyên Huệ, Nguyên Phương, Nguyên Xuân, Nguyễn Thị Mười, Tô Thị Thu Ba, Huỳnh Phạm Minh Siêng, Trịnh Ngọc Tiến, Tô Duy Đương, Nguyễn Đồng Tâm, Nguyễn Thị Rạng, Huỳnh Trọng Kha, Lê Tấn Hà, Lê Tấn Đạt, Lê Tấn Hoà, Nguyên Đạo, Nguyên Khánh, Lâm Hữu. Nguyễn Thiên Kim, Lê Ngọc Thanh; Thiên Tân, Nhóm PT Thủ Đức+Úc, GĐ Nhân Thuỷ, GĐ Tâm Minh+Tâm Duyên Văn (HH mẹ Nguyễn Thị Mão PD Diệu Ngộ); Diệu Đạo (cô Bình); Cô Huệ Lành (chùa Phước Viên); Nguyễn Hồng Mai Thuỷ; Hải Châu; Đỗ Thanh Hà HH ông Vũ Đức Mạc; Tập Thể Thí chủ HH Mẹ Trần Thị Nhan, Lê Thị Hiệp; GĐ Chánh Kiến; Đinh Thị Bích Thuỷ; Hoàng Thị Bên; GĐ Chánh Lý; Ly Hương+Hoàng Anh; GĐ Phạm Văn Hội+Dương Thị Lao (cha mẹ cô Hồng);

GĐ Phạm Văn Hoè+Lê Thị Hảo và các con; GĐ Quốc Uyên, GĐ Phồng; GĐ Thanh Giảng; GĐ Huỳnh Thị Thu Nguyệt (HH mẹ Cao Thị Hoa); GĐ Vưu Viễn Tuấn, Vưu Viễn long; Huỳnh Vũ Lê; GĐ Trần Quốc Khánh; GĐ Vi; Nguyễn Thị lượng; GĐ Trần Tuấn Vũ+Nhi; Phan Thị Lan Anh; GĐ Lê Tấn Hà; Lê Thị Lan Hương; Nguyễn Ngọc Lệ; Nguyễn Thị Kim Ánh; Nguyễn Huyền Thiên Quốc; Trịnh Thị Bích, Nguyễn Lệ Hoa, Phạm Thị Thu; Nguyên Thuỷ. GĐ Tâm Như (HH cầu siêu mẹ Nguyễn Thị Ty, PD Tâm Đức); GĐ Bà Tâm An (Đà Lạt); GĐ Kiến Minh; Cô Hồng, cô Tuyết, Cô Sương; GĐ Lâm Thị Liễu, Hạ Hầu Cẩm, Bùi Văn Lư, Nguyễn Thị Hường, Lâm Quang Ứng, GĐ Thanh Tuệ (Úc), Mai Ngọc, Chánh Nguyện; Nguyễn Thị Bích Xuân; Cô Loan Tín, Hồng Liễu; Dương Thị Minh Đức (PD Diệu Đức); Nguyễn Văn Quảng; Nguyễn Văn Đại (Thiện Tuệ); cô Từ Hải; Phạm Thị Thuận; Một gia đình HH cầu siêu HL Cao Xuân Vinh (Thủ Đức); GĐ Nguyễn thị Liễu, Phạm Trí Trung; Cô Xuân Mai (Bà Rịa); Nguyễn Thị Nghĩa, Lê Thị Nga, Nguyễn thị Thanh Vân, Huỳnh Thị Kiều; GĐ Phật Tử Tổ Đình Bửu Long, và An Giác, chị Nhung, cô Tịnh Hương, cô Tịnh Hiền; PT Hoa Đạo (Phước Sơn)

- Thành thật cám ơn các Phật tử Trương vĩ Hùng, Thiên Tân, Sumanā Kim Lan, đã hết lòng đóng góp cho sự hoàn thiện của cuốn sách này.

Giảng Giải KINH CHUYỂN PHÁP LUÂN

Mahāsi Sayadaw

Tỳ-kheo Pháp Thông dịch

Chịu trách nhiệm xuất bản:
Nguyễn Công Oánh

Biên Tập:
Sửa bản in: Tỳ kheo Pháp Thông
Bìa: Sumanā (Kim Lan)
Đối tác liên kết: Trương Vĩ Hùng-43R/16 Hồ Văn Huê P.9 Quận Phú Nhuận TP Hồ Chí Minh.
Tel: 0903900768

NHÀ XUẤT BẢN TÔN GIÁO
Phường Yên Hoà, Q. Cầu Giấy, TP. Hà Nội
ĐT: 04.37822845-04.37822842—Fax: (04) 37822841